

Tartu Ülikool
Sotsiaalteaduste valdkond
Haridusteaduste instituut
Õppekava: Koolieelse lasteasutuse õpetaja

Merle Pihlak
LIIKUMISÕPETUSE TEGEVUSTE LÄBIVIIMISE VÕIMALUSED PÕLVAMAA
LASTEAEDADES LIIKUMIS- JA LASTEAIAÕPETAJATE HINNANGUL
Bakalaureusetöö

Juhendaja: MSc bioloogia didaktika, loodusteaduste didaktika õpetaja Aigi Kikkas

Tartu 2020

Resümee

Liikumisõpetuse tegevuste läbiviimise võimalused Põlvamaa lasteaedades liikumis- ja lasteaiaõpetajate hinnangul

Bakalaureusetöö eesmärgiks oli saada ülevaade, millele toetudes ja kuidas viivad Põlvamaa lasteaedade õpetajad läbi liikumisalaseid tegevusi, kuidas õpetajad hindavad oma liikumisõpetuse alaseid oskusi ja mis valmistab neile raskusi. Töö teoreetilises osas kirjeldatakse lapse füüsilise arengu tagamise olulisust eelkoolieas ning antakse ülevaade liikumisõpetuse eesmärkidest ja korralduse eeldustest. Tegemist oli kvantitatiivse uurimusega, mille läbiviimiseks kasutati paber kandjal küsimustikku. Uurimusest selgus, et liikumisõpetuse alased teadmised on enamikul vastajatest omandatud koolieelse lasteasutuse õppekaval õppides ning täiendatud ühepäevaseid koolitusi läbides. Selgus, et liikumisõpetust viiakse läbi erinevaid liikumistegevusi ja keskkondi kasutades, kuid spetsiifilisemaid teadmisi eeldavaid liikumistegevusi lastele ei õpetata. Vastajad hindasid oma liikumisõpetusega seotud oskuseid pigem keskpärasteks ja tunnevad enim puudust liikumisõpetuse alastest koolitustest.

Märksõnad: *liikumisõpetus, lasteaed, liikumistegevused, liikumisõpetaja, lasteaiaõpetaja*

Abstract

Physical education conducting opportunities on the basis of Põlva county's physical education and kindergarten teachers' opinion

The purpose of this Bachelor's degree thesis was to get an overview what methods and how Põlva county's kindergarten teachers' utilise in physical education activities, how teachers assess their skills in conducting these activities and what they find challenging. The theoretical part of the thesis is describing the importance of physical development during the preschool age and provides an overview of physical education goals and arrangement expectations. It is a quantitative research, which has performed using questionnaire on papers. The study revealed that the majority of respondents acquired their knowledge about physical education by studying preschool speciality and complementing themselves with one day tuitions. Turned out that physical education is carried out using various physical activities and environments, but physical exercises based on specific knowledges are not taught. The respondents think their skills about physical education are average and they mostly feel a lack of physical education tuitions.

Keywords: *physical education, kindergarten, physical activities, physical education teacher, kindergarten teacher*

Sisukord

Sissejuhatus	4
Teoreetiline ülevaade	5
Liikumisõpetuse tähtsus eelkoolieas	5
Liikumisõpetuse eesmärgid ja sisu	7
Liikumisõpetuse läbiviimise eeldused	9
Uurimuse eesmärk ja uurimusküsimused	13
Metoodika.....	14
Valim	14
Mõõtevahendid	14
Protseduur	15
Tulemused	15
Arutelu.....	24
Töö piirangud	27
Rakendatavus	27
Tänuõnad	27
Autorsuse kinnitus	27
Kasutatud kirjandus	28
Lisa 1. Küsimustik.....	
Lisa 2. Tulemused	
Lisa 3. Vastajate arvamus.....	

Sissejuhatus

Koolieelne lasteasutus on lasteaialapsele töönädala jooksul põhikeskkond, kus viibida, mis paneb vastutuse liigutusvilumuse ehk mootorika arendamisel lasteaednikele. Koolieelses eas on lapse arengus tähtis roll põhiliikumiste (kõnd, jook, hüppamine, hüplemine, veeremine, ronimine, roomamine) omandamisel (Leppik, 2009; Oja, 2008; Vapper, 2016), mis on aluseks kehaliste võimete (tasakaal, koordineerimine, jõuomadused) arenemisel, saavutamaks teatud taseme painduvuses, kiiruses, osavuses, jõus ja vastupidavuses (Oja, 2008). Kogemustega liikumisõpetaja Tiina Kivisalu järgi on eelloetletud põhiliikumised, mis omandatakse teise ja seitsmenda eluaasta vahel, aluseks lapse normaalsele arengule (Vapper, 2016). Teadlik põhiliikumiste ja kehaliste võimete õpetamine koolieelses eas on oluline, sest täiskasvanueas põhinevad nendel keerulisemad liigutused (Goldfield, Harvey, Grattan, & Adamo, 2012; Leppik, 2009), mille omandamine osutub eelkoolieas ebapiisava arendamise tõttu hilisemas eas raskeks või saavutamatuks (Oja, 2008).

Lähtudes asjaolust, et liikumisõpetajale ametikoha loomine koolieelses lasteasutuses ei ole enam kohustuslik (Koolieelse lasteasutuse personali..., 2015), on lasteaiaõpetajal vaja olla liikumisõpetuses sama heade teadmistega kui kehalise kasvatuse õpetajad. Piisangu (2014) lõputööst, mis keskendus lasteaia- ja liikumisõpetajate hinnangutele liikumisõpetusele ja sellega seonduvale Harjumaa lasteaedades, selgus et lasteaiaõpetajad ei pea endid alati piisavalt pädevaks professionaalsel tasemel liikumisõpetuse läbiviimisel. Liikumisõpetuse läbiviimiseks on vaja kvalifitseeritud ja erialase ettevalmistusega õpetajaid nii koolieelses lasteasutuses kui ka esimeses kooliastmes (Oja, 2006).

Ameerika Ühendriikides läbi viidud uurimuses on leitud, et koolieelse lasteasutuse õpetajad pööravad suurt tähelepanu keeleliste ja kognitiivsete oskuste arendamisele, kuid peaksid sama kvaliteetselt panustama ka laste füüsilisse arengusse ja nende igapäevasesse liikumisaktiivsusesse (Brown, Googe, McIver, & Rather, 2009). Eesti lasteaedade tugevuseks on siiani olnud professionaalsed liikumisõpetajad, kes teevad lastega nende kõige vastuvõtlikumal ajal sihipäraseid arendavaid tegevusi (Vapper, 2016). Pole aga teada, kas seda suudavad ka lasteaiaõpetajad, kui liikumisõpetaja ametikoht lasteaias kaotatakse.

Lapse kehalist aktiivsust mõjutab oluliselt veel sotsiaalne ja füüsiline keskkond, kus ta enamuse ajast viibib (Goldfield et al., 2012). Keskkond peab olema põhiliikumiste harjutamist võimaldav ja stimuleeriv ning soodustama liikumisoskuste täielikku välja arendamist (Goldfield et al., 2012; Leppik, 2009; Pihu & Tullus, 2016). Seda kinnitavad ka Tervise Arengu Instituudi (TAI) poolt läbi viidud uuringu tulemused, et füüsilist aktiivsust

motiveerival, põhiliikumiste harjutamist soodustaval ja vastavate vahenditega keskkonnal ning professionaalsete liikumisõpetajate olemasolul on positiivne mõju lapse füüsilisele arengule (Haav, Lõhmus, & Oja, 2019).

Käesoleva töö eesmärgiks on anda ülevaade lapse füüsilise arengu tagamise olulisusest, kvaliteetse liikumisõpetuse läbiviimisest ja teadliku liikumisõpetuse korralduse eeldustest. Töö koosneb teoreetilisest osast, metoodika, tulemuste ja arutelu peatükkidest. Teoreetilises osas antakse erinevatele uurimustele tuginedes ülevaade, millist mõju avaldavad õpetajate poolt suunatud ja korraldatud liikumistegevused koolieelses eas lastele ning millele tuginedes koolieelses lasteasutuses liikumisõpetust korraldatakse. Uurimustöös käsitletakse lasteaiaõpetajana isikut, kes korraldab laste igapäevast õppetegevust; liikumisõpetajana isikut, kes korraldab koolieelses lasteasutuses liikumisõpetust ja vastajana/õpetajana isikut, kes on täitnud küsimustiku.

Antud uurimustöö viidi läbi Põlvamaa lasteaedade õpetajate seas, et nende hinnangutele tuginedes kaardistada Põlvamaa lasteaedades olemasolevad võimalused ja tingimused liikumisõpetuse läbiviimiseks. Järgnevas peatükis tuuakse välja põhjused, miks liikumisõpetus on koolieelses eas oluline ning milline roll on füüsilisel aktiivsusel lapse arengule.

Teoreetiline ülevaade

Liikumisõpetuse tähtsus eelkoolieas

Liikumisõpetus on eesmärgistatud motoorse ja füüsilise arengu soodustamine, mis toetab kogu lapse õppimisprotsessi (Karvonen, 2003), sealhulgas ka vaimset tervist, sotsiaalset ja tunnetuslikku arengut, huvi liikumise ja spordi vastu, teadmiste-oskuste omandamist liikumisest ja liikumisohutusest (Alushariduse raamõppekava, 1999). Liikumisõpetus koosneb liikumistegevustest, mis hõlmavad põhiliikumisviise ja nende kinnistamist, põhiliigutusi ja asendeid, vahendite käsitlemist, sportlik-rakenduslikke liikumisviise, tasakaalu ja osavust arendavaid liikumisi ning ohutut liiklemist (Oja, 2008).

Liikumistegevused mõjutavad laste füüsilist, vaimset, emotsionaalset ja sotsiaalset arengut (Oja, 2008). WHO soovitusel on alates viiendast eluaastast tagada lastele mõõduka intensiivsusega füüsiline aktiivsus vähemalt 60 minutit päevas positiivsete tervisenäitajate säilitamiseks ning lisaks 2-3 korda nädalas intensiivsemaid liikumistegevusi, et tugevdada lihaskõhvi. Intensiivsem liikumistegevus soovitatakse lastega osaliselt viia läbi planeeritud liikumistegevusena ja osaliselt tuleb lastel see saavutada läbi vabamängu, mil laps nt ronib

puu otsas või tegutseb aktiivselt mänguväljakul liikumist võimaldavatel atraktsioonidel. Lapse mõõduka intensiivsusega füüsilise aktiivsuse päevas tagab vabamäng, sportmäng, planeeritud treening ja liikumisõpetus (World Health Organization, 2010). Lapse motoorse ja füüsilise arengu soodustamine on liikumisõpetuse eesmärgiks, mis on omakorda seotud lapse närvisüsteemi ja mõtlemisprotsesside arenguga (Karvonen, 2003). Selleks, et last arendada, tuleb märgata tema keha eripärasid, mis parendamist vajavad ja võivad edasises arengus olla määravateks.

Jälgida tuleb lapse jalgade arengut, et vältida püsivat lampjalgsust, sest see mõjutab kogu inimese füüsilist vormi. Lapse õige kehahoiu/rühi tagamiseks tuleb viienda ja seitsmenda eluaasta vahel õpetajal lastega koos teha vastavaid võimlemisharjutusi õlavöötmele, selja-, kõhu-, tuhara- ja säärelihastele. Igapäevase harjutamise käigus arenevad lapsel õuetegevustes koordinatsioon, füüsilise tegevuse keerukus, suuremad lihased, tasakaal ja vastupidavus. Koolieelikutel arenevad kehalised võimed, mis teisevad põhioskusteks, mida võimaldab selleks eaks saavutada parem tasakaalutunne, oskus järsult peatuda ja startida ning liikuda erinevatel pinnastel, võime korraga erineva kiirusega mitut asja teha (Palm, 2005).

Koolieelses eas tuleb tähelepanu pöörata põhiliste motoorsete oskuste arendamisele, sest need on hilisemas eas spetsiifilisematel spordialadel vajalike liigutuosavuste saavutamise aluseks (Goldfield et al., 2012). Varasemas uurimuses on leitud suurema füüsilise aktiivsuse positiivne mõju koolieelsete laste füüsilisele vormile ja aeroobsele võimekusele. Shanghai 3,5-5,5 aastaste lastealaste füüsilise võimekuse testimisest järeldati, et lastealaste füüsilise arengu parimaks tagamiseks tuleb kasutada jõulist füüsilist aktiivsust pakkuvaid treeninguid arvestades sealjuures soolisi erinevusi (Fang, et al., 2017).

Füüsiline võimekus kujuneb inimese isiksusomaduste ja elu jooksul arendatud motoorsete oskuste kombinatsioonis, mille väljundiks on erineva raskusastmetega liikumistegevuste teostamise suutlikkus. Koolieelses eas soovitatakse lapse arenemiseks tagada 1-2 tunnise mõõduka kuni jõulise efektiivsusega liikumistegevusi päevas. Mida mitmekülgsemat füüsilist aktiivsust koolieelses eas lapsele pakutakse, seda parema motoorse võimekuse ta saavutab (Sigmundsson & Haga, 2016). Lapse motoorika arengut koolieelses eas toetatakse läbi liikumistegevuste, mis hõlmavad põhiliikumisi ja kehaliste võimete kujundamist, vahendite käsitlemisest, spordialade (ujumine, kelgutamine, suusatamine, võimlemine) ning tasakaalu ja osavust arendavate liikumiste (loodusliikumine, rütmika, tants) õpetamist (Palm, 2017).

Koolieelses lasteasutuses soovitatakse uurimuste tulemustest lähtudes teadlikult ja regulaarselt lapsi liikuma suunata, sest füüsilisel liikumisel on positiivne mõju õpimotivatsioonile, tajule, tähelepanule ja keskendumisvõimele (Shoval, Sharir, Arnon, &

Tenenbaum, 2018) ning füüsiline liikumine järjepideva treeninguna tugevdab mälu (Shoval et al., 2018; Hansen, 2018). Koolieelses eas toimuvad aju arengus protsessid, mis võimaldavad saavutada erinevaid motoorseid oskusi järjepideva õppimise ja harjutamise teel (Sigmundsson & Haga, 2016).

Uuringus, kus testiti 4-6aastaste lasteaialaste õpetamisel füüsilise aktiivsuse sidumist erinevate valdkondadega (matemaatika, keel ja kõne), selgus, et teadlikult liikumistegevustega lõimitud õppetegevused parandasid laste testide tulemusi akadeemiliste teadmiste kontrollimisel (Shoval et al., 2018). Laste füüsiline aktiivsus on seoses psühholoogilise heaoluga ja tervisliku füüsilise vormiga, mille saavutamiseks tuleb koolieelses lasteasutuses korraldada igapäevaselt planeeritud liikumistegevusi (Matsuyama, Palmer & Robinson, 2017).

Soome uurimuses hinnati 3-aastaste laste liikumisaktiivsust talvel ja sügisel ning selgus, et erinevatel aastaaegadel oli laste füüsiline aktiivsus mõjutatud vaid päevavalguse pikkusest ning laste soost (Kettunen et al., 2014). Uurimustulemused kinnitasid poiste suuremat füüsilist aktiivsust ning tüdrukute liikumisaktiivsuse motiveerimise vajalikkust (Kettunen et al., 2014). Uurimuse tulemustest lähtuvalt soovitatakse lasteaiaõpetajatel ja lapsevanematel teadlikult suunata eelkooliealisi lapsi aktiivsemalt liikuma, et hoida ära nende eelistusi tegevuste vastu, millega kaasneb istumine (Kettunen et al., 2014). Teadlikult kujundatud õppekeskkond, mis motiveerib lapsi õpitavat omandades füüsiliselt pingutama, parandab laste akadeemilist mõtlemist teadmiste omandamisel (Shoval et al., 2018). Lapse füüsilist arengut mõjutavad liikumistegevuste järjepidevus, süsteemsus ja liikumiskeskkonna mitmekülgsus (Palm, 2017).

Järgnevas peatükis antakse riiklikule õppekavale, erinevatele uurimustele ning õppe- ja kasvatustegevuste eeldustele tuginedes ülevaade koolieelse lasteasutuse liikumisõpetuse teadliku korralduse, liikumistegevuste regulaarsuse ja mitmekülgsuse positiivsetest mõjudest.

Liikumisõpetuse eesmärgid ja sisu

Koolieelse lasteasutuse riiklikus õppekavas on kirjeldatud seitsme valdkonna õppe- ja kasvatustegevuse eesmäärke, sisu, kavandamist, korraldust ja lapse arengu eeldatavaid tulemusi. Valdkonna *Liikumine* sisuks on liikumisalased üldteadmised, põhiliikumised, liikumismängud, erinevad spordialad, tants ja rütmika (Koolieelse lasteasutuse..., 2011). Õppekava täitmise aluseks on lasteaiaõpetajate liikumisõpetuse alane ettevalmistus (Oja, 2006).

Koolieelse lasteasutuse riikliku õppekava järgi tuleb õppe- ja kasvatustegevuse kavandamisel ja korraldamisel lähtuda üldõpetuslikest põhimõtetest. Õpetaja arvestab

õppetegevuse kavandamisel sellega, et põhiliikumised eeldavad igapäevast suunamist, kuna liigutusoskused, liikumisosavus ja teised liikumisvõimed (vastupidavus, jõud, kiirus, painduvus) kujunevad ja arenevad tegevuste regulaarsel kordamisel. Lapse liikumis- ja tegevusvõimalusi rikastatakse sportlik-arenduslike liikumisviisidega: jalgrattasõit, suusatamine, ujumine jms. Õpetaja kujundab lapsel kõlbelisi põhimõtteid, positiivseid iseloomuomadusi ja enesekindlust läbi regulaarselt korratavate kehaliste harjutuste. Õpetaja suunab last hindama oma oskusi, võimeid ja koostööd, arvestama kaaslastega, kontrollima ja valitsema oma emotsioone. Last õpetatakse mõistma erinevate kehaliste harjutuste vajalikkust läbi mitmekesise põhiliikumise, koordinatsiooni, rühi, tasakaalu, liikumisvõime ja peenmotoorika (täpsus, näo- ja sõrmelihaste kontrollioskus) arendamise ja tagasiside andmisel (Koolieelse lasteasutuse..., 2011).

Liikumisõpetajate ülesandeks on hoolitseda laste füüsilise arengu eest (Palm, 2005), viies koolieelses lasteasutuses 2-3 korda nädalas läbi liikumisõpetuse tegevusi kasutades selleks erinevaid keskkondi (Oja, 2008). Liikumisõpetaja korraldab lisaks liikumistegevustele spordiüritusi ja kaardistab laste füüsilise arengu (Palm, 2005). Liikumisõpetuse tegevustele peavad lisanduma võimalused igapäevaseks aktiivseks liikumiseks (Oja, 2008). Tagamaks lasteaialapsele 120-minutilist erineva tasemega füüsilist aktiivsust, leiti Ameerika Ühendriikide uurimuse tulemusi analüüsides, et koolieelses lasteasutuses tuleb lasteaiaõpetajal viia läbi igapäevaselt planeeritud liikumistegevusi nii õues, kui ka rühmaruumis lõimitult teiste valdkondade õppetegevustega (Matsuyama et al., 2017). Näiteks matkadel saab õpetada lastele valdkonna *Mina ja keskkonna* looduslaseid teadmisi ning teadlikult suunata neid kasutama põhiliikumisi ületamaks looduslikke takistusi (Seppel, 1998).

Brasiilia uurimuse tulemustest selgus, et koolieelsetes lasteasutustes tegeletakse intensiivselt laste kognitiivsete oskuste arendamisega, kuid füüsilisele aktiivsusele suunatud tegevusi arendamiseks laste füüsilist arengut, on kordades vähem (Barbosa, Coledam, Elias, Neto & de Oliveira, 2016). Seevastu Iisraeli uurimusest järelitati, et lasteaialaste teadmiste omandamise aluseks on liikumine. Lasteaiaõpetaja poolt juhendi järgi loodud lapsest lähtuv keskkond, mis motiveeris lapsi teadmiste omandamiseks liikuma, suunas neid iseseisvalt õppima keelt, matemaatikat, eneseregulatsiooni ja koostööd kaaslastega. Eesmärgipärase ja täiskasvanu poolt suunatud õppimise miinusena toodi välja laste vabamängu ja loovuse piiramine (Sharir et al., 2014).

Serbias viidi läbi uurimus 57 kuueaastase lapsega, kelle peal rakendati spordikooli 8-nädalase kestvusega programmi. Iga nädala raames läbisid lapsed kaks korda 45 minutit

kestva treeningprogrammi, mille eesmärgiks oli arendada nende motoorseid oskusi ja erispordialade põhilisi tehnikaid. Laste paranenud füüsilise vormi ja mootorsete oskuste saavutamise põhjal järeldati, et liikumisõpetus peaks olema koolieelses lasteasutuses süstemaatiline ja programmeeritud treeningprogress, kuna eelkooliealise lapse tundlik kasvuperiood vajab mootorset ja kognitiivset võimekust suurendavate tegevuste teadlikku rakendamist, et parandada keha omadusi (Dordevic et al., 2017).

Lapse osalemise erinevates liikumistegevustes tagab tema arenguga arvestamine, tegevuste vaheldusrikkus ja mängulisus, puhkehetked ning liikumise õige suunamine (Vahur & Kukk, 2017). Liikumisõpetust saab mitmekesistada kasutades erinevaid vorme. Liikumisõpetuse vormide alla kuuluvad: võimlemisharjutused, põhiliikumised, liikumismängud, loodusliikumised, matkimine, fantaasiavõimlemine, tants ja rütmika, pallimängud, liikumisalaste teadmiste omandamine, hommikune liikumine meeleolu loomiseks, sirutusharjutused õppetegevuse vahel, õuetegevused, spordipäevad, matkad (Seppel, 1998).

Peitus-, ehitus- ja liikumismängud arendavad osavust, tasakaalu, eneseusku, koordinatsiooni ja kiirust ning eelnimetatud mängude toimumispaigaks on sobivaim looduskeskkond. Maastikumängude ja orienteerumisega saab läbi liikumise teiste valdkondade õpitud teemasid kinnistada või suunata seoseid looma (Palm, 2005). Liikumiskeskkonna mitmekülgsus, liikumistegevuste järjepidevus ja süsteemsus mõjutavad lapse füüsilist arengut (Palm, 2017). Liikumistegevuste vaheldusrikkuse tagamisel on olulisteks komponentideks liikumistegevuste koostaja ja läbiviija teadmised liikumisviisidest, spordialade didaktikatest, erinevate keskkondade kasutamise eelistest, keskkonna kujundamise ja vahendite kasutamise õigetest võtetest. Järgnev peatükk käsitleb liikumisõpetuse toimimise ja tulemuslikkuse erinevaid komponente, mis mõjutavad üksteist ja kajastuvad laste füüsilises arengus ning liikumisaktiivsuses.

Liikumisõpetuse läbiviimise eeldused

Liikumisõpetus koolieelses eas keskendub põhiliikumiste kujundamisele ja eelkoolieas kehaliste võimete arendamisele, et tagada lapse eakohane areng (Oja, 2008). Igapäevatöös reguleerivad liikumisõpetust praktilise tegevuse korraldamiseks seatud eesmärgid, juhised õppekorralduseks, juhised liikumistegevuste sageduse ja mahu osas, hinnangu põhimõtted ja eeldatavad tulemused õppekava läbimisel (Oja, 2008).

Eelmises peatükis välja toodud õppekava ettekirjutuste täitmine tagatakse professionaalse personali, kelleks on liikumisõpetaja või liikumisõpetuse täiendkoolitusega lasteaiasõpetaja oma isiksuseomaduste ja erialaoskustega, juhtimisel ja koordineerimisel. Lisaks mõjutavad

õppekava täitmist järgnevad lisategurid: piisavate vahendite hulk igale lapsele; sobivate ruumide ja spordiväljaku olemasolu; liikumistegevuste planeerimist päevakavasse, mis võimaldab piisavalt liikumist, puhkust ja vaheldust; laste huvi, aktiivsus ja positiivne kogemus; harjutuste mitmekesisus ja mängulisus ning nende kordamine, täiustamine erinevate vahendite, võtete ja meetoditega (Oja, 2008).

Lapse liikumisaktiivsuse motiveerimisel ja kehalise arengu edendamisel on määravaks oskuslikult loodud mitmekülgset liikumistegevust võimaldav tegevuskeskkond (Oja, 2008; Palm, 2017), mis teadlikult arvestab lapse erinevate liikumisvajadustega (Palm, 2015). Tegutsemisvõimalusi pakkuvas keskkonnas on ruumi laste liikumisele ja mängule (Oja, 2008), mida välitingimustes saab korraldada õuealal olemasolevat (nt puud, põõsad, erinevad pinnavormid) ära kasutades (Palm, 2005). Lapse füüsilise arengu tagamisel on oluline tema kogemuse saamine erinevates keskkondades erinevate liikumist võimaldavate tegevuste läbimisel (Palm, 2005, 2017), sest see loob liikumisvilumuse harjutamisvõimaluse erinevates tingimustes. Erinevateks keskkondadeks sobivad rühmaruum, lasteaia õueala, kodukoha loodus ja lasteaia lähiümbruses olevad terviserajad (Palm, 2005).

Uurimuses, milles Iisraelis lasteaiaõpetajad kujundasid juhendi järgi keskkonna, mis motiveeriks lapsi liikumist kasutades iseseisvalt õppima, arenes lastel koostööoskus ja nad omandasid sealjuures ka teiste valdkondade teadmisi (Sharil, Shoval, & Shulruf, 2014). Itaalias läbi viidud uuringus toodi välja laste mootorsete oksuste paranemise, nende arendamiseks disainitud mänguväljakul, õpetajate poolt planeeritud liikumistegevusi läbides ja aktiivset vabamängu mängides (Tortella, Haga, Loras, Sigmundsson & Fumagalli, 2016).

Ameerika Ühendriikides läbi viidud uurimuses, kus lasteaiaõpetajad püüdsid eelnevalt koostatud tegevuskavade abil laste füüsilist aktiivsust suurendada, selgus et õpetajate poolt laste teadlik liikuma motiveerimine mänguväljakul tagas laste liikumisaktiivsuse tõusu võrreldes tavapärase lasteaiapäevadega. Uurijad leidsid, et koolieelses lasteasutuses peaks arendatama liikumistegevusega seotud tavad, mis tagaksid lastele igapäevaselt nii mõõduka kui ka jõulisema füüsilise aktiivsuse (Brown et al., 2009) ja loodama füüsilist aktiivsust motiveerivaid keskkondi, et edenda laste füüsilist arengut (Barbosa et al., 2016; Tortella et al., 2016). Olemasolevale keskkonnale annab lisaväärtuse ning lastele motivatsiooni liikumiseks õpetaja poolt planeeritud liikumistegevus laste liikuma suunamiseks. Liikumistegevuste läbiviimise juures on lisaks keskkonnale ja õpetajatele vaja vahendeid, mille abil õpetatakse lastele liikumisalaseid oskuseid.

Liikumisõpetuses kasutatavate keskkondade ja vahendite juures peab jälgima, et need oleksid ohutud, terved ja lapse eale vastavad (Hein, 2011). Nõuded liikumistegevusteks

kasutatavatele ruumidele ja vahenditele on kirjas määruses „Tervisekaitsenõuded koolieelse lasteasutuse maa-alale, hoonetele, ruumidele, sisustusele, sisekliimale ja korrashoiule“.

Liikumisõpetust hõlmavad järgnevad nõuded: võimlemissaal peab olema olema nelja- ja enamarühmalises lasteasutuses ning asuma I või II korrusel; basseini peab vastama nõuetele; olema peab olema omaette maa-ala, mis on varustatud lapse arenguks ja mänguks sobivate vahenditega ning vajaduste kohaselt valgustatud; sõidu- ja jalgteed ning platsid rataste ja muude vahenditega sõitmiseks peavad olema lastele sobivad; mänguväljak (minimaalne pindala lapse kohta 5 ruutmeetrit ja pinnakattematerjaliks muru või kukkumise lööki summutavad pinnakatted) peab võimaldama lastele ohutut, eakohast, mitmekesist ja arendavat tegevust; võimlemisvahendid peavad olema ohutud, kergelt puhastatavad ja desinfitseeritavad ning vastama rühmas laste vanusele ja arvule (Tervisekaitsenõuded koolieelse lasteasutuse..., 2011).

Eelnimetatud määrus ei kehtesta liikumisõpetuses kasutatavate vahendite nimekirja vaid keskendub koolieelse lasteasutuse ohutusele ja turvalisusele (Haav et al., 2019).

Vajaminevatest vahenditest annab ülevaate nimekiri raamatust „Õppe- ja kasvatustegevuse valdkonnad“ ning sisaldab järgnevat: pehmed pallid ning võimlemis-, kummi-, õhu-, tennis-, jalg-, korv-, võrk-, kanguru-, ranna- ja näsapallid; herne-/liivakotid; rõngad; võimlemiskepid; kuubikud; linnud; rätikud; lipud; keeglid; hüpitsad; batuut; tasakaalulaud ja -pink; matid; varbsein; ronimisredel; köis; hüppepostid; tunnel; loogad ning soovituslikult suusad, rulluisud ja tõukeratas (Oja, 2008).

Rühmaruumi liikumistegevusteks sobivad lihtsad ja olemasolevad vahendid, nt joonistuspaberid, papirullid, papptaldrikud, plastämbrid, suled vms. Õues saab kasutada sealset loodusmaterjali peenmotoorika arendamiseks ning väikelastele on oluliseks kiikede, ronimisredelite ja liivakastide olemasolu. Mänguväljak peab olema varustatud vahenditega, mis stimuleerivad last arendama tasakaalu ja koordinatsiooni, arendama käte ja jalgade tugevust ning ronimist (Palm, 2005).

Liikumisõpetuse jaoks vajalike vahendite hankimine ja liikumistegevusteks vastavate keskkondade loomine on lasteaiapersonali ülesanne, mis enamasti on otseses seoses liikumisõpetaja olemasoluga. Nii selgus TAI poolt 2017 aastal läbi viidud Eesti sisese uurimuse tulemustest, milles osales 44 lasteaeda, et sisetingimustes kasutatavate vahendite seisukord on pigem hea, kuid laste liikumisvõimaluste parendamiseks on liikumisõpetajaga lasteaiades tehtud kaks korda rohkem muudatusi sise- ja välistingimustes ning suurendatud vahendite hulka, võrdluses ilma vastava ametikohata lasteaiadega. Üle poole uuringus osalenud lasteaiadest vajab liikumistegevuste jaoks suuremat ruumi ja keskmisest madalam

oli liikumistegevuste läbiviijate hinnang olemasolevatele sise- ja välistingimustele ning vahenditele (Haav et al., 2019).

Õpetaja, kui liikumisharrastuste kujundaja, mõjutab lapsi oma käitumise, oskusliku õppekeskkonna loomise ja motiveerimisega (Pihu & Tullus, 2016). On leitud, et õpetajate positiivne suhtumine füüsilise aktiivsuse edendamisse tagas lasteaialastele vähemalt 60 minutilise füüsilise aktiivsuse päevas (Mikkelsen, 2011). Õpetaja isiklik eeskuju innustab lapsi liikuma (Palm, 2017). TAI uurimus kinnitas liikumistegevusi õpetavate õpetajate isikliku aktiivse tervisespordiga tegelemise positiivset seost nende poolt juhendatavate laste kehalise võimekuse testides paremate tulemuste avaldumisega (Haav et al., 2019). Õpetaja isiklikust liikumiseeskujust piisab vaid osaliselt lapse füüsilise arengu tagamiseks.

Liikumisõpetust läbi viival õpetajal peavad olema teadmised eri spordialade didaktikas, liikumisviiside tehnikate õpetamise metoodikas (Oja, 2006; Sahva, 2014) ja tema ülesandeks on lastes huvi tekitamine kehaliste harjutuste vastu (Sahva, 2014). Taanis 2006. aastal läbi viidud üleriigilise uurimuse tulemustest järeldati, et lasteaialapse füüsiline aktiivsus sõltub lasteaiaõpetajate poolt planeeritud füüsilist koormust tagavatest mängudest, organisatsiooni väärtustest, lasteaiaõpetajate isiklikest hoiakutest füüsilise aktiivsuse suhtes ja kasutatavate õppekavade sisust (Mikkelsen, 2011). Samas tuleb õpetajal olla teadlik oma pädevustest, püüdmata õpetada väljaspool seda (Hein, 2011). Liikumisõpetuses planeeritavad tegevused peavad tulenema õpetaja olemasolevatest teadmistest ning vastama õpetatava tegevuse õpetamisoskustele.

Oskuslikult organiseeritud liikumisõpetuse tegevus tagab laste osavõtu ja keskendumise õpiülesannetele (Hein, 2011). Laps on motiveeritud liikumistegevustes osalema, kui tema arenguga on arvestatud ja liikumist õigesti suunatud (Vahur & Kukk, 2017) ning planeeritud liikumistegevused on mängulised ja mitmekesised (Seppel, 1998; Vahur & Kukk, 2017). Lapse motoorika arendamisel ja üldkehalisel ettevalmistamisel on olulisteks teguriteks õpetaja oskused ja eeskuju; lapse positiivne kogemus, huvi ja aktiivsus; harjutuste järkjärguline keerustumine; järjepidev kordamine, täiustamine erinevate vahendite, võtete ja meetoditega (Seppel, 1998).

Uurimustulemustest selgus, et nende laste füüsilise võimekuse testide tulemused olid paremad, kelle liikumistegevusi on korraldanud vastava haridusega liikumisõpetajad ja füüsilist aktiivsust võimaldav õueala on läbimõeldult sisustatud ning atraktsioonid heas seisukorras. 85-st uurimuses osalenud õpetajast teadsid lapse arenguks vajalikust igapäevasest 60-minutilise mõõduka kuni tugeva intensiivsusega füüsilise aktiivsuse minimaalsest soovituslikust normist vähem kui pooled (Haav et al., 2019).

Sloveenias läbiviidud uurimusest, milles osales 183 koolieelse lasteasutuse õpetajat, selgus, et küsimustikule vastajad hindasid oma pädevusi liikumisõpetuse planeerimise, läbiviimise ja laste liikumisaktiivsuse parendamise osas arendamist vajavateks. Lasteaiaõpetajad väljendasid tahet täiendada kõiki oma pädevusi liikumisõpetuse õpetamiseks ning praktilisi oskusi lasteaialaste liikumisaktiivsuse ja füüsilise arengu tagamiseks. Uurimustöö autorid leidsid, et lasteaiaõpetajate kompetentsuse hetketaset liikumisõpetuses on vaja tõsta läbi muudatuste hariduspoliitikas, õppekavas ja liikumisõpetuse olulisuse teadvustamise (Kovac & Marinsek, 2019). Õpetajate koolitusvajadus selgus ka Brasiilia uurimuses (Barbosa et al., 2016).

Eesti õpetajad pidasid vajalikuks liikumisalastel täiendkoolitustel osalemist, mis hõlmaksid kehaliste harjutuste didaktikat, põhivõimlemist, liikumismänge, tantse ja erinevaid füüsilist arengut tagavaid liikumisvõimalusi (Haav et al., 2019). Tänapäevasel koolieelse lasteasutuse õpetaja õppekaval õppinud üliõpilasel puudub võimalus liikumisõpetusalaste teadmiste spetsiifilisust täiendavaid aineid läbides omandada, sest vastavaid õppeaineid on selleks õppekava loetus vähe. Liikumisõpetaja kutset koolieelse lasteasutuse õpetaja õppekava läbimisega ei kaasne (Tartu Ülikool ÕIS II, 2020).

Koolieelse lasteaiaõpetajate liikumisõpetusalseid teadmisi sisaldavate koolituste vajadus on kajastunud mitme uurimuse tulemustes, kuid laste füüsilise arengu tagamisel on olulised ka teised tegurid. Eestis 2017. aastal läbi viidud TAI uurimustöö autorid peavad lasteaialaste parema füüsilise arengu tagamisel oluliseks liikumisõpetajate erialast ettevamistust ja täiendkoolitustel osalemist, liikumisõpetuse oskuslikku rakendamist, õpetajate isklikku eeskujut, kaasajastatud võimalustega keskkondi ja vahendeid, sagedasemat spordiürituste korraldamist, kõikidel aastaaegadel samas mahus õues käimist, struktureeritud liikumistegevusi, õppekasvatustegevuste mitmekesistamist ja lisatreeningute võimalusi (Haav et al., 2019).

Seega on laste füüsiline areng ja liikumisaktiivsus mõjutatud erinevate komponentide poolt, mille koosmõju positiivse tulemuslikkuse põhiteguriks on liikumisõpetust korraldava õpetaja teadmised.

Uurimuse eesmärk ja uurimusküsimused

Varasematest uurimustulemustest on järeldatud, et teadlikul liikumistegevusel, liikumisõpetajate erialasel ettevalmistusel, erinevate keskkondade kasutamisel koos kaasaegsete ruumide ja vahenditega ning täiendavatel treeningvõimalustel on lapse füüsilise arengu tagamisel olulisteks komponentideks (Dordevic et al., 2017; Haav et al., 2019).

Käesoleva töö eesmärk on saada ülevaade, millele toetudes ja kuidas viivad Põlvamaa lasteaedade õpetajad läbi liikumisalaseid tegevusi, kuidas õpetajad hindavad oma liikumisõpetuse alaseid oskusi ja mis valmistab neile raskusi.

Eesmärgist lähtudes sõnastati järgmised uurimusküsimused:

1. Millele toetub õpetaja, kes viib läbi liikumisõpetust koolieelses eas?
2. Kuidas on lasteaedades korraldatud liikumisalaste oskuste õpetamine?
3. Kuidas hindavad õpetajad oma liikumisõpetuse alaseid oskuseid?
4. Mis valmistab õpetajale raskusi liikumisõpetust läbi viies?

Metoodika

Käesolevas töös kasutati kvantitatiivset uurimust. Autori eesmärgiks oli koguda andmeid võimalikult paljudelt Põlvamaa lasteaia- ja liikumisõpetajatelt, et tulemused oleksid maakonna piires üldistatavad.

Valim

Uurimustöö valim moodustati Põlvamaa koolieelsete lasteaedade liikumis- ja lasteaiaõpetajatest. Kasutati kõikset valimit, millest jäeti välja tavalasteaiast erineva pedagoogikaga lasteaiad. Kolmeteistkümnesse Põlvamaa lasteaeda viidi 116 paber kandjal küsimustikku, millest tagastati 94 küsimustikku. Tagasi toodud küsimustikest sai uurimuse jaoks kasutada 93. Ühe vastaja küsimustik jäi vastuste analüüsist välja, kuna ta oli vastanud vaid paarile küsimusele.

Kõik 93 vastajat (100%) olid naised. Vastajate seas oli 77 (82,8%) lasteaiaõpetajat, 7 (7,5%) liikumisõpetajat, 4 (4,3%) assistenti, 3 (3,2%) muusikaõpetajat, 1 (1,1%) õppejuht ja 1 (1,1%) eripedagoog. Lasteaiaõpetajatest 4 (4,3%) olid märkusena kirjutanud, et täidavad lisaks liikumisõpetaja kohustusi.

Küsimustike täitjate keskmiseks vanuseks 90 (96,8%) vastanute andmete töötlemisel saadi 47 aastat. Noorim vastaja oli 25aastane ja vanim 66aastane. Kolm vastajat (3,2%) ei avaldanud oma vanust. Vastajate keskmiseks tööstaažiks, 92 (98,9%) isikuandme töötlemisel, saadi 19 tööaastat. Minimaalseimaks tööstaažiks oli märgitud 1 aasta ja maksimaalseimaks 49 aastat. Tööstaaži ei olnud märkinud 1 (1,1%) vastaja.

Mõõtevahendid

Käesoleva töö mõõtevahendiks on küsimustik (Lisa 1), mis sisaldab peamiselt kinniseid ja üksikuid avatud küsimusi. Küsimustiku koostamisel võeti aluseks Piisangu (2014) koostatud küsimustik, mida kohandati käesoleva uurimuse jaoks. Küsimustik koosneb 21 küsimusest.

Küsimustiku sissejuhatavas osas küsitakse vastaja taustaandmeid. Põhiosas on küsimused erinevate liikumistegevuste, kasutatavate vahendite ja keskkonna kohta. Lõpetavas osas on õpetajatel palutud hinnata enda liikumisõpetuse alaseid oskusi.

Avatud küsimusi on küsimustikus kolm (2, 3, 7). Hinnangu andmiseks kasutati 10-pallist Likert-tüüpi skaalat. Vastajate hinnangut enda oskustele küsiti neljas küsimuses (15, 16, 17, 18). Valikvastustega küsimusi on küsimustikus neliteist (1, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 20, 21), millest viis on esitatud loeteludena ja üheksa tabelitena. Üheteistkümne valikvastustega küsimusele on vastajal võimalus oma vastust täiendada. Anonüümsuse tagamiseks ei küsitud vastajate ja lasteasutuse nime.

Protseduur

Küsimustiku koostamisega alustati 2019. aasta veebruaris. Pilootuuring kolme lasteaiaõpetajaga viidi läbi 2019. aasta märtsis. Pärast pilootuuringu läbiviimist kohandas töö autor küsimustikku vastavalt pilootuuringust saadud tagasisidele. Näiteks lisati kordade arvu märkimiseks lisalahter valikuga „Rohkem/vähem...täpsustage“. Muudatus tehti, sest pilootvastajad ei leidnud sobivat vastusevarianti. Pärast paranduste sisseviimist printis töö autor küsimustikud välja ja lisas vajaliku arvu tühje ümbrikke, et tagada vastaja anonüümsus.

Küsimustikud viidi isiklikult kohale ja vastamiseks anti aega üks nädal. Küsimustiku esilehele kirjutas töö autor uurimuse eesmärgi, selgitas lahti mõiste „Liikumistegevus“, küsimustiku täitmiseks kuluva ajamahu ning kinnitas vastuste kasutatavuse vaid käesoleva uurimustöö raames. Täidetud küsimustik paluti vastajal kindlaks tähtjaks suletud ümbrikus anda üle oma lasteaia õppealajuhatajale või direktorile. Küsimustikele läks töö autor isiklikult järele. Viimased küsimustikud saadi tagasi 2019. a. märtsi lõpus.

Küsimustikkude vastused sisestati MS Exceli programmi ning andmete töötlemiseks kasutati IBM SPSS Statistic programmi.

Tulemused

Järgnevalt on välja toodud uurimistöö raames läbiviidud uuringu tulemused uurimisküsimuste kaupa.

Millele toetub õpetaja, kes viib läbi liikumisõpetust koolieelses eas?

Esimesele uurimusküsimusele vastuse saamiseks kasutati küsimustikust (Lisa 1) 5, 6 ja 7 küsimuste vastuseid.

Küsimuse, „Kus olete omandanud liikumisõpetuse alased teadmised?“, vastuseid analüüsid selgus...

Tabelis 1 on välja toodud vastajate liikumisalaste teadmiste päritolu. Küsimustiku täitjatest 7 jättis küsimusele vastamata. 9 vastajat on muu variandi alla lisanud iseseisva teadmiste täiendamise interneti teel, vastava kirjanduse lugemise ja kolleegide kogemustest õppimise. Lisavastustena on teadmiste omandamise allikateks märgitud: Viljandi Kultuurikool (1 vastaja), eelkooli pedagoogika (1 vastaja), koolieelse lasteasutuse pedagoogi õppekava liikumisõpetaja suunaga (1 vastaja), 160-tunnine eelkoolipedagoogika kursus (1 vastaja), TÕS klassiõpetaja eriala (1 vastaja) ja erinevad täiendkoolitused (3 vastajat).

Tabel 1. Vastajate liikumisõpetuse alaste teadmiste päritolu

	Vastajate arv	Osakaal (%)
Koolieelse lasteasutuse õpetaja õppekava	67	72,0
1-päevane koolitus	30	32,3
Pikem kui 1-päevane koolitus	15	16,1
Kehakultuuri eriala	3	3,2

Küsimuse, „Kui sageli olete läbinud liikumisõpetuse teemalisi koolitusi kolmel viimasel õppeaastal?“, vastuseid analüüsid selgus...

Kolmel viimasel õppeaastal liikumisõpetuse teemalisi koolitusi läbinud lasteaiapersonalist annab ülevaate tabel 2. Täiendava märkusena on üks vastaja lisanud, et osales ühel õppeaastal kolmel koolitusel, mis olid liikumismängude teemalised.

Tabel 2. Õpetajate liikumisõpetuse teemaliste koolituste läbimine kolme õppeaasta jooksul

Koolitused	2016/2017. õa		2017/2018. õa		2018/2019. õa	
	N	Osakaal (%)	N	Osakaal (%)	N	Osakaal (%)
1x õppeaastas	20	21,5%	20	21,5%	10	10,8%
2x õppeaastas	3	3,2%	2	2,2%	1	1,1%
3x õppeaastas	1	1,1%	2	2,2%	1	1,1%

N-vastajate arv

Küsimuse, „Millistele allikatele toetute liikumisõpetuse nädalakava koostamisel...?“, vastuseid analüüsid selgus...

Enimkasutatavast kirjandusest annab ülevaate tabel 3, ülejäänud kirjandusallikate loetelu leiab lisadest (Lisa 2). Vastajatest 23 (24,7%) kirjutas, et nad ei koosta liikumistegevuste nädalakava, kuna see on liikumisõpetaja ülesanne. Küsimustiku täitjatest 41 (44,1%) ei vastanud sellele küsimusele. Erinevate allikatena toodi välja: internet 14 (15,1%), koolitustelt saadud materjalid 9 (9,7%), liikumis- ja laulumängude raamatud 7 (7,5%), riiklik õppekava 2 (2,2%), lastekirjandusest- ja lauludest inspireeritud liikumine 1 (1,1%), rühiharjutuste kirjandus 1 (1,1%) ning liikumisõpetaja soovitusel 1 (1,1%).

Tabel 3. Liikumisõpetuse nädalakavade koostamisel kasutatav kirjandus

Liikumisõpetuse kirjandus	Kirjandust kasutavate õpetajate arv
Tamm, Ü. (2011) „Liikumismängud lasteaias“	4
Karvonen, P. (2003) „Liikumisrõõm“	2
Savik, O., & Kivisalu, T. (2004) „Liikumisõpetuse näidiskava“	2
Vahur, K., & Kukk, U. (2017) „Fantaasiavõimlemine“	2

Kuidas on korraldatud liikumistegevuste läbiviimine lasteaias?

Teisele uurimusküsimusele vastuse saamiseks kasutati küsimustikust (Lisa 1) 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14 küsimuste vastuseid.

Küsimuse, „Kohad kus viiakse läbi valdkond Liikumine planeeritud liikumistegevusi?“, vastuseid analüüsid selgus...

Vastajatel oli võimalik märkida ette antud valikutest sobivad. Ülevaate tulemustest annab tabel 4. Kõige rohkem kasutavad õpetajad 56 (60,2%) liikumistegevusteks lasteaia õueala ning kõige vähem kasutavad nad 12 (12,9%) spordihoonet/võimlat. Valikuvariantidele on vastajad kirjutanud lisaks: ujula 2 (2,2%), linn kui jalutuskeskkond 2 (2,2%), muusikasalong 1 (1,1%), eripedagoogi kabinet 1 (1,1%) ja metsaäärne terviserada 1 (1,1%). Küsimusele pole vastust märkinud 3 vastajat.

Tabel 4. Keskkonnad valdkond Liikumine planeeritud tegevusteks

Keskkond	Kasutajate arv	Osakaal (%)
Rühmaruum	53	57,0
Lasteaia saal	52	55,9
Mets	46	49,5
Staadion	38	40,9
Park	29	31,2

Küsimuse, „Mitu korda õppeaastas korraldate lasteaias spordipäevi?“, vastuseid analüüsid selgus...

Tabelis 5 (Lisa 2) on välja toodud vastajate osalusprotsent erinevates koostöövormides spordipäevade korraldamisel ja spordipäevade sagedus õppeaastas. Vastajatest 27 (29,0%) on märkinud spordipäevade organiseerimise lasteaiale 2x õppeaastas ning vastajatest 26 (28,0%) organiseerib neid 1x õppeaastas. Enamkasutatavaks koostöövormiks on vastajatest 21 (22,6%) märkinud „Organiseerin kootöös rühmameeskonnaga“. Üks vastaja on lisanud, et organiseerib oma rühmale spordipäeva 1 (1,1%) kord kuus.

Küsimuse, „Mitu korda õppeaastas organiseerite lasteaias perespordipäevi?“, vastuseid analüüsid selgus...

Tabel 6 (Lisa 2) annab ülevaate lasteaiale organiseeritavate perespordipäevade sagedusest ja

koostöövormide kasutamisest. Enim organiseerivad õpetajad perespordipäeva koos teiste rühmade õpetajatega 1x õppeaastas kogu lasteaiale 37 (39,8%). Sagedaseimaks on 1 (1,1%) vastajatest märkinud 3x õppeaastas koos rühmameeskonnaga organiseeritud perespordipäeva oma rühmale.

Küsimuse, „Mitu korda õppeaastas organiseerite lasteaia/rühmas matkapäevi (metsa, sohu, veekogu äärde jne)?“, vastuseid analüüsid selgus...

Ülevaate õppeaastas korraldatavate matkapäevade sagedusest ja kasutatavatest koostöövormidest annab tabel 7 (Lisa 2). Üle poole vastajatest organiseerib matkapäevi oma rühmale koostöös rühmameeskonnaga vähemalt 2x õppeaastas. Kogu lasteaiale 2x-3x õppeaastas organiseeritakse koostöös rühmaõpetajatega matkapäevi 20 (21,6%) vastaja poolt. Vastajatest 10 (10,8%) kirjutas lisamärkusena oma rühma matkapäevade sageduseks 4-6 x aastas ja vastajatest 8 (8,6%) kirjutas lisamärkusena oma rühma matkapäevade sageduseks 1-2 x kuus.

Küsimuse, „Mitu korda kuus käite liikumistegevusega lõimitud õppe- või jalutuskäikudel?“, vastuseid analüüsid selgus,...

Liikumistegevusega lõimitud õppe või jalutuskäikudel käib rühmaga 22 (23,7%) õpetajat 1x kuus; 25 (26,9%) õpetajat 2x kuus ja 16 (17,2%) õpetajat 3x kuus. 13 vastajat märkis liikumistegevustega lõimitud õppe- ja jalutuskäikudel käimise sagedasemaks, kui 3x kuus ning 17 (18,3%) vastajatest valis variandi „Ei käi üldse“.

Küsimusele, „Millised vahendid/võimalused on Teie lasteaia lastele igapäevaseks aktiivseks liikumiseks?“, vastuseid analüüsid selgus...

Aktiivset liikumist soodustavate vahendite olemasolu on välja toodud tabelis 8. Talvistest vahenditest täpsustasid vastajatest 21 (22,6%), et olemas on kelgud ja lumelabidad, 5 (5,4%) lisasid lumelabidad, 4 (4,3%) lisasid suusad, 1 (1,1%) lisas liugurid, 1 (1,1) lisas kelgud ja 1 (1,1%) kelgumäe. Vastajatest 5 (5,4%) kirjutasid lisamärkusena, et olemas on pallimängude vahendid, kuid palliplats puudub. Loodusliku keskkonna täpsustamiseks lisasid vastajad: muruplats, künklik õueala, kooli staadion, asfalttee, terviserada, mets, mägin metsapark, park, aas, lasteaia mänguväljak, mägi ja kivid. Vastajatest 30 (32,2%) lisas märkuste lahtrisse erinevaid vahendeid/võimalusi: vedrukiik, karussell, rehvikiiik, rehvirings, euroalusekiik, discgolfi korv ja kettad, metsas olev väljõusaal, matid toas, pugemissukad ja-kotid ja liumägi toas. Kõige enam nimetati, 12 (12,9%) vastaja poolt, rehvidest tasakaalurada.

Tabel 8. Vahendid/võimalused lastele igapäevaseks aktiivseks liikumiseks

Vahendid/võimalused	Vastajate arv	Osakaal (%)
Kiik	88	94,6
Ronimiskeskus koos liumäega	87	93,5
Talvised vahendid	86	93,5
Palliplats ja pallimängude vahendid	68	73,1
Tasakaalukiik/palkkiik	66	71,0
Tunnel läbipugemiseks	62	66,7
Ronimiskeskus	61	65,6
Looduslik keskkond	54	58,0
Ronimissein	52	55,9
Tasakaalurada	51	54,8
Jalgrattatee- või plats ja sõiduvahendid	42	45,2
Rippsild	41	44,1
Staadion	42	45,2
Võrkiik	23	24,7
Ämblikuvõrk	22	23,7
Minipajud	16	17,2
Seiklusrada	9	9,7
Ahviikiik/pesakiik	7	7,5

Küsimuse, „Millised on Teie poolt enamkasutatud liikumistegevuste vahendid?“, vastuseid analüüsisides selgus...

Tabelis 9 kajastub spordivahendite kasutatavus. Küsimustiku täitjatest 2 ei vastanud antud küsimusele. Vastajad lisasid kasutatavate vahendite hulka järgnevad esemed: tennisepall, padi, rätt, lint, hüppenöör, käpiknukk, pesunäpp, leht, õun, seen, käbi, hüppepall, tekk, ajaleht, mullitaja, rütmipill, tõukeratas, jalgadega lükatav auto, massaažimatt, hüppehobune, liikumismängude vahendid, metsas langenud puu, tõukeratas, looduslik materjal, käimiskorgid, sulgpall, reket. Isetehtud vahenditest kirjutasid vastajad lisaks: võlukarp, sabapall, liivakott, kilesahisti, hernekott, lina, toru, liiva- ja veepudel, jalajälgedega hüppematt, õhupallist veepomm, lipp, lint, lendpall, ajaleht kilekotis, keksumäng põrandal, toolidest takistusrada, keppehobune, pugemiskott ja -sukk, viskesokk, padi, riidest uss, käejalad seinal, rätt, oakott, viljateradest padi, mask, lumepall, puuleht, pehme pihupadi.

Tabel 9. Spordivahendite kasutatavus õpetajate hinnangul

Spordivahendid	Kasutajate arv	Osakaal (%)
Pall	84	90,3
Tunnel	62	66,7
Tasakaalurada	55	59,1
Võimlemisrõngas	53	57,0
Matt	50	53,8
Käe- ja jalajäljed	50	53,8
Pink	47	50,5
Kõis	44	47,3

Korvirõngas	43	46,2
Hularõngas	42	45,2
Redel	40	43,0
Koonus	38	40,9
Jalgpall	34	36,6
Langevari	34	36,6
Värav	33	35,5
Täpsusviskepall	31	33,4
Korvpall	29	31,2
Tasakaalulaud	23	24,7
Võimlemiskepp	22	23,7
Tasakaalupadi	22	23,7
Tõkked	18	19,4
Topispall	18	19,4
Ketas	17	18,3
Batuut	16	17,2
Poroloonist geom. kujundid	15	16,1
Saalihoki vahendid	4	4,3

Kuidas hindavad rühma- ja liikumisõpetajad oma liikumisõpetuse alaseid oskuseid?

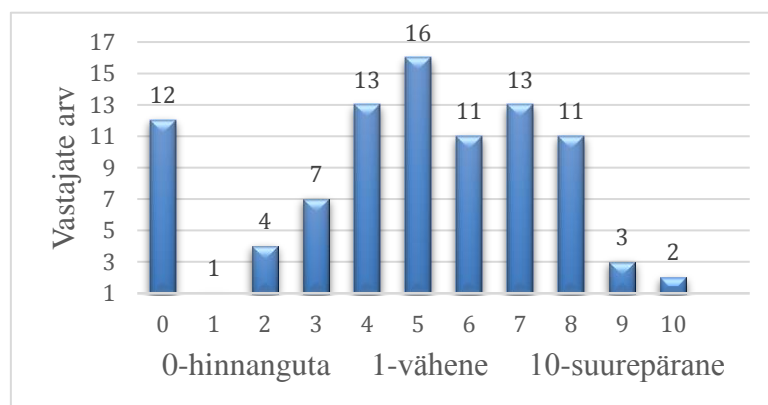
Kolmandale uurimusküsimusele vastuse saamiseks kasutati küsimustikust (Lisa 1) 15, 16, 17, 18 küsimuste vastuseid.

Küsimuse, „Kuidas hindate oma liikumisõpetuse tegevuste planeerimisoskust?“, vastuseid analüüsides selgus,...

Joonisel 1 on välja toodud 81 (87,1%) vastaja hinnang küsimuses nimetatud oskuse kohta.

Vastajatest 12 (12,9%) ei hinnanud enda liikumisõpetuse tegevuste planeerimisoskust.

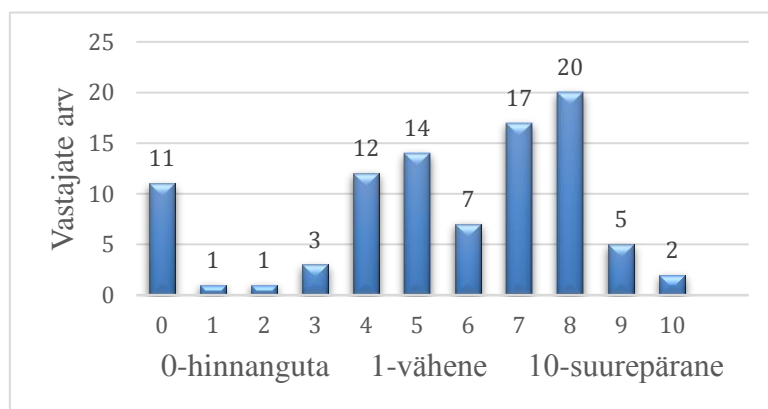
Aritmeetiline keskmine, kümnepalli skaala järgi vastajate liikumisõpetuse tegevuste planeerimisoskusele, on $M = 5,6$ ja standardhälve on $SD = 2,0$.



Joonis 1. Õpetajate hinnang liikumisõpetuste tegevuste planeerimisoskusele.

Küsimuse, „Kuidas hindate oma liikumistegevuste läbiviimisoskusi?“, vastuseid analüüsisides selgus,...

Joonisel 2 on välja toodud 82 (88,2%) vastaja hinnang küsimuses nimetatud oskuse kohta. Vastajatest 11 (11,8%) ei hinnanud oma liikumistegevuste läbiviimisoskust. Aritmeetiline keskmine, kümnepalli skaala järgi vastajate liikumistegevuste läbiviimisoskusele, on $M = 6,3$ ja standardhälve on $SD = 1,9$.



Joonis 2. Õpetajate hinnang liikumistegevuste läbiviimisoskusele.

Küsimuse, „Kuidas hindate oma oskusi lapsi juhendada erinevates liikumistegevustes?“, vastuseid analüüsisides selgus,...

Tabelis 10 on välja toodud üheteistkümne liikumistegevuse juhendamisoskus, mis osutusid kõrgeimalt hinnatuks. Liikumistegevuste juhendamisoskuste madalamad hinnangud on esitatud tabelis 10 (Lisa 2).

Tabel 10. Õpetajate hinnang liikumistegevuste juhendamisoskusele

Liikumistegevus	min	max	M	SD
Kõndimine	1	10	8,3	1,9
Jooksmine	1	10	8,3	1,9
Hüpped	1	10	8,1	2,0
Kelgutamine	1	10	8,1	2,0
Liikumismängud	1	10	8,0	1,6
Hüplemised	1	10	8,0	2,0
Püüdmised	1	10	7,9	2,0
Ronimine	1	10	7,8	2,0
Roomamine	1	10	7,5	2,1
Tants ja rütmika	1	10	7,1	2,4
Jalgrattaga sõitmine	1	10	7,1	2,7

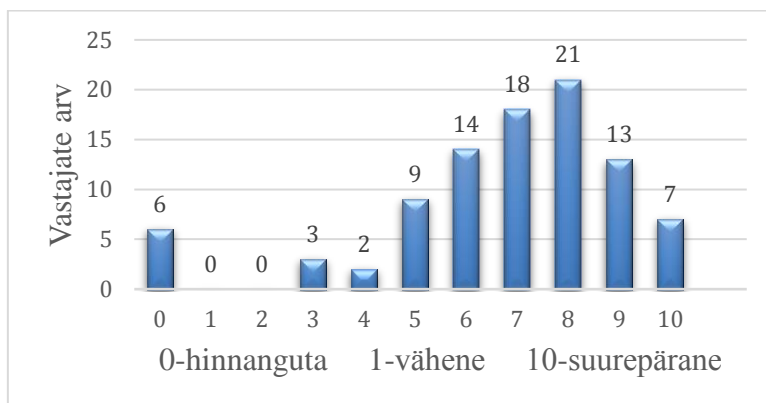
Märkused: M = aritmeetiline keskmine kümne pallilisel skaalal, SD = standardhälve

Küsimuse, „Kuidas hindate oma oskust tekitada lastes huvi kehaliste harjutuste/füüsilise aktiivsuse vastu?“, vastuseid analüüsid selgus,...

Joonisel 3 on välja toodud 87 (93,5%) vastaja hinnang küsimuses nimetatud oskusele.

Vastajatest 6 (6,5%) ei hinnanud enda oskust tekitada lastes huvi füüsilise aktiivsuse vastu.

Aritmeetiline keskmine, kümnepalli skaala järgi õpetajate oskusele tekitada lastes huvi kehaliste harjutuste/füüsilise aktiivsuse vastu, on $M = 7,2$ ja standardhälve on $SD = 1,7$.



Joonis 3. Vastajate hinnang oskusele tekitada lastes huvi kehaliste harjutuste/füüsilise aktiivsuse vastu.

Mis valmistab rühma- ja liikumisõpetajatele raskusi liikumisõpetust läbi viies?

Neljandale uurimusküsimusele vastuse saamiseks kasutati küsimustikust (Lisa 1) 19, 20, 21 küsimuste vastuseid.

Küsimuse, „Milliseid liikumistegevusi Te lastele õpetate?“, vastuseid analüüsid selgus,...

Tabelis 11 on välja toodud vastajate poolt lastele õpetatavad liikumistegevused ja ka tegevused, mida ei õpetata. Spagaati, uisutamist ja rulluisutamist pole tabelisse lisatud, sest vastajatest 93 (100%) ei õpeta neid liikumistegevusi.

Tabel 11. Õpetajate poolt lastele õpetatavad liikumistegevused

Liikumistegevused	Ei õpeta üldse	Tegevused, mida õpetan aegajalt		Õpetan 1x nädalas		Õpetan 2x nädalas		Õpetan 3x nädalas		Õpetan 4x nädalas	
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Osakaal/vastaja	%										
Sild	93,6	3	3,2	3	3,2	-	-	-	-	-	-
Hundiratas	93,6	3	3,2	3	3,2	-	-	-	-	-	-
Suusatamine	82,8	4	4,3	9	9,7	1	1,1	2	2,2	-	-
Ujumine	81,7	-	-	17	18,3	-	-	-	-	-	-
Kukerpall	75,3	9	9,7	10	10,8	4	4,3	-	-	-	-
Jalgrattasõit	71,1	7	7,5	16	17,2	-	-	2	2,2	2	2,2

Rühiharjutused	59,2	8	8,6	16	17,2	8	8,6	2	2,2	4	4,3
Ronimine	49,5	15	16,1	15	16,1	10	10,8	3	3,2	4	4,3
Roomamist	47,3	14	15,1	18	19,4	12	12,9	3	3,2	2	2,2
Liikumis- võimed	46,3	10	10,8	20	21,5	10	10,8	7	7,5	3	3,2
Koordinatsiooni- harjutused	45,2	10	10,8	24	25,8	7	7,5	4	4,3	6	6,5
Tasakaalu- harjutused	42,0	12	12,9	22	23,7	14	15,1	4	4,3	2	2,2
Hüplemised	42,0	12	12,9	20	21,5	13	14,0	5	5,4	4	4,3
Tants ja rütmika	40,9	14	15,1	21	22,6	12	12,9	3	3,2	5	5,4
Püüdmised	36,6	17	18,3	23	24,7	14	15,1	2	2,2	3	3,2
Kelgutamine	34,4	18	19,4	15	16,1	11	11,8	5	5,4	12	12,9
Visked	33,4	17	18,3	23	24,7	14	15,1	5	5,4	3	3,2
Hüpped	31,2	17	18,3	18	19,4	16	17,2	5	5,4	8	8,6
Kõnd	21,5	24	25,8	22	23,7	10	10,8	6	6,5	11	11,8
Jooks	20,5	21	22,6	23	24,7	12	12,9	7	7,5	11	11,8

N- vastajate arv

Küsimuse, „Millest tunnete puudust lastele liikumisõpetuse tegevuskava planeerides?“, vastuseid analüüsisides selgus...

Tabelis 12 on välja toodud vastajate arvamus puuduolevatest tingimustest. Vastajatest 14 (15,1%) ei teinud tabelis valikuid, kuid kirjutasid lisamärkustesse, et nende lasteaias on liikumisõpetaja olemas. Vastajatest 19 (20,4%) märkisid, et kõik on olemas. Vastajatest 3 (3,2%) kirjutasid lisamärkustesse vajaduse liikumisõpetaja järele. 1 (1,1%) vastaja kirjutas lisamärkustesse, et ei oska puudusi välja tuua, kuna ta ei tegele liikumisõpetusega.

Tabel 12. Puuduolevad tingimused liikumisõpetuse tegevuskavade planeerimiseks

	Vastajate arv	Osakaal (%)
Liikumisõpetuse koolitused	44	47,3
Aeg	31	33,3
Liikumisõpetuse kirjandus	23	24,7
Ruum	22	23,7
Vahendid	15	16,1
Koostöö töökaaslastega	12	12,9
Koostöö juhtkonnaga	9	9,7

Küsimuse, „Kas Teie arvates peab liikumisõpetaja omama eriharidust (kehakultuur)?“, vastuseid analüüsisides selgus...

Vastajatest 57 (61,3%) leidis, et liikumisõpetaja peab olema omandanud kehakultuuri eriala. Vastajatest 30 (32,3%) märkis, et eriharidus liikumisõpetuses pole vajalik ning 2 (2,2%) märkis vastuseks mõlemad variandid „Jah/ei“. Küsimusele kirjutas täiendava arvamus 4

(4,3%) vastajat ja need on leitavad lisadest (Lisa 3). Kaks arvamust kinnitavad liikumisõpetaja olemasolu vajalikkus ja kaks arvamust selgitavad millistel alustel on küsimustikku täidetud. Küsimusele jättis vastamata 4 (4,3%) inimest 93-st.

Arutelu

Uurimuse eesmärgiks oli saada ülevaade, millele toetudes ja kuidas viivad Põlvamaa lasteaedade õpetajad läbi liikumisalseid tegevusi, kuidas õpetajad hindavad oma liikumisõpetuse alaseid oskusi ja mis valmistab neile raskusi. Järgnevalt on arutletud tulemuste üle uurimusküsimuste kaupa.

Esimese uurimusküsimusega sooviti teada, millele toetub koolieelses eas liikumisõpetust läbiviiv õpetaja. Valdav enamus küsimustikule vastanutest on omandanud liikumisõpetusalased teadmised koolieelse lasteasutuse õpetaja õppekaval õppides. Lasteaialaste eakohase füüsilise arengu tagamiseks ja motoorsete oskuste täiendamiseks on vaja liikumisõpetust korraldaval õpetajal erialast, kvalifitseeritud eri spordialade ning liikumisviiside tehnikate õpetamist võimaldavat haridust (Dordevic et al., 2017; Oja, 2006, 2008; Sahva, 2014). Vastajatest kolmel Põlvamaa lastega töötaval liikumisõpetajal on omandatud kehakultuuri eriala, mis tagab liikumisõpetuse õpetamiseks vajalikud oskused, võtted ja teadmised eri spordialade didaktikatest.

Üle poolte vastajatest läbisid kolme õppeaasta jooksul vähemalt ühel korral liikumisõpetusealase koolituse, mis eeldatavasti suurendas lasteaiaõpetajate teadlikkust lapse füüsilise arengu tagamise võtetest. Liikumisõpetuse läbiviimise täiendkoolitustele tuginemise eelduse on välja toonud ka Oja (2008). Koolieelse lasteasutuse õpetaja õppekaval õppides omandavad lasteaiaõpetajad liikumistegevuste lõimimise erinevate ainevaldkondadega kasutades liikumisõpetuse läbiviimiseks erinevaid keskkondi (Tartu Ülikool ÕIS II, 2020). Varasemates uurimustes on toodud välja lasteaiaõpetajate vajadus täiendkoolituste järele ja toonitatakse liikumisõpetaja erialase ettevalmistuse olulisust lapse parema kehalise arengu tagamisel (Barbosa et al., 2016; Haav et al., 2019; Kovac & Marinsek, 2019; Piisang, 2014). Eelnimetatud täiendkoolituste vajadus õpetajate seas leiab kinnitust ka käesoleva uurimustöö tulemustest.

Vastajad on lisakirjandusena liikumisõpetuse nädalakavade koostamisel kasutanud liikumis-, laulu- ja tantsumängude teemalisi raamatuid. Liikumistegevuste vaheldusrikkuse ja mängulisuse olulisust on välja toonud ka Vahur & Kukk (2017). Vajadust kehaliste harjutuste didaktika, põhivõimlemise ja tantsu õppematerjalide järgi, on leidnud kinnitust ka varasemas uurimuses (Haav et al., 2019). Kokkuvõtvalt võib käesoleva uurimuse tulemustele tuginedes

öelda, et enamus uuringus osalenud õpetajatest toetub liikumistegevuste läbiviimisel liikumisõpetusealastele teadmistele, mis on omandatud koolieelse lasteasutuse õppekaval ja pooled õpetajatest läbitud lisakoolitustele.

Teise uurimusküsimusega sooviti teada, kuidas on lasteaedades korraldatud liikumisalaste oskuste õpetamine. Käesolevast uurimusest selgus, et planeeritud liikumistegevuste läbiviimiseks kasutatavad lasteaiaõpetajad sisekeskkondi ja õuekeskkondi. Õpetajad viivad liikumistegevusi läbi ka metsas, staadionil ja pargis. Erinevate keskkondade sobivust nii õue- kui sisetingimustes kinnitab ka Palm (2005). Füüsilist tegutsemisvõimalust pakkuvate erinevate keskkondade mõju laste liikumisaktiivsusele ja füüsilisele arengule on toodud välja mitmes varasemas uurimuses (Goldfield et al., 2012; Sharil et al., 2014).

Õpetajad käivad õppe- ja jalutuskäikudel vähemalt ühe korra kuus. Lapse füüsilise arengu positiivseteks mõjutajateks on liikumistegevuste järjepidevus, süsteemsus ja liikumiskeskkondade mitmekülgsus (Palm, 2017). Käesolevas uurimuses selgub, et õpetajad õpetavad lastele põhiliikumisi arendavaid tegevusi. Õppekäikudel saab lapsi teadlikult suunata kasutama põhiliikumisi looduslike takistuste ületamisel (Seppel, 1998). Lapse arengus on oluline omandada põhiliikumised (Leppik, 2009; Oja, 2008; Vapper, 2016).

Käesolevast uurimusest selgus, et lastele füüsilise aktiivsuse tagamiseks organiseerivad õpetajad spordi- ja matkapäevi nii rühmasiseselt kui ka kogu lasteaiale. Varasemates uurimustes on soovitatud täiskasvanutel teadlikult planeerida liikumisaktiivsust tagavaid tegevusi, et motiveerida lapsi liikuma (Brown et al., 2009). Käesolev uurimus kinnitab Põlvamaa lasteaedades erinevate koostöövormide kasutamist organiseerimaks lastele liikumisaktiivsust tõstvaid üritusi. Eelkooliealiste laste tundlik kasvuperiood vajab motoorset ja kognitiivset võimekust suurendavate tegevuste teadlikku rakendamist, et parandada füüsilist võimekust (Dordevic et al., 2017).

Uurimustöö tulemusena selgus, et üle poolte Põlvamaa lasteaedades on õuekeskkonnas aktiivset liikumist soodustavaid vahendeid. Õuekeskkond peab olema varustatud vahenditega, mis võimaldaksid lapsel arendada ronimist, käte ja jalgade tugevust, tasakaalu ja koordinatsiooni (Palm, 2005). Liikumistegevuste läbiviimisel kasutavad alla poole õpetajatest vahendeid. Spordiväljakute ja vahendite olemasolu, harjutuste mitmekesisus ja täiustamine erinevate võtete ja meetoditega mõjutab lapse arengut (Oja, 2008). TAI uurimuses toodi välja liikumistegevuste rikastamiseks vahendite mitmekesistamise vajaduse nii sise- kui välitingimustes (Haav et al., 2019), mis leiab kinnitust ka käesoleva uurimuse tulemustes.

Kolmanda küsimusega sooviti teada, kuidas hindavad õpetajad oma liikumisõpetuse alaseid oskusi. Vastajad hindasid oma liikumisõpetuse tegevuste planeerimisoskust

keskmiseks. Varasemates uurimustes on välja toodud, et lastele motoorsete oskuste ja spordialade tehnikate õpetamisel paremate tulemuste saavutamiseks, on oluline liikumistegevuste planeerimine (Dordevic et al., 2017; Matsuyama et al., 2017).

Valdav enamus vastajatest andis oma liikumistegevuste läbiviimisokusele üle keskmise parema hinnangu, mis on vastuolus tulemustega eri tehnikate õpetamist vajavate vahendite kasutatavuse ja hinnangutega oskusele juhendada lapsi erinevates liikumistegevustes. Töö autori arvates võib vastuolu ilmnemise põhjuseks olla liikumistegevuste mõiste laiahaardeline tähendus. Kui õpetaja haarab lapsi motiveeritult liikumismängudesse, siis ta saabki kinnitada, et tema liikumistegevuste läbiviimisoskus on väga hea. Liikumisõpetuse tegevuste mänguliseks planeerimine on lapse arendamise eeldusteks (Vahur & Kukk, 2017).

Vastajatest pea pooled annavad oma oskustele juhendada lapsi akrobaatiliste liikumistegevuste ja eri spordialade õpetamisel minimaalseteks. See pigem kinnitab, et õpetajad on teadlikud oma pädevustes, püüdmata õpetada väljaspool seda (Hein, 2011). Vastajad andsid kõrge hinnangu oma oskustele juhendada lapsi põhiliikumisi arendavates tegevustes. Lapse motoorika arengut koolieelses eas toetatakse põhiliikumiste õpetamisega (Palm, 2017). Riiklikus õppekavas on valdkonna *Liikumine* sisus kirjas erinevad spordialad (Koolieelse lasteasutuse..., 2011), mille õpetamiseks on vajalik lasteaiaõpetajate liikumisõpetuse alane ettevalmistus (Oja, 2006, 2008; Sahva, 2014).

Keskmisest kõrgema hinnangu andis valdav enamus vastajatest oma oskusele tekitada lastes huvi kehaliste harjutuste/füüsilise aktiivsuse vastu. Käesoleva töö andmete põhjal hindavad Põlvamaa lasteaedade õpetajad oma liikumisõpetuse alaseid oskusi positiivselt.

Neljanda uurimusküsimusega sooviti teada, mis valmistab õpetajatele raskusi liikumisõpetust läbi viies. Käesolevas uuringus selgus sarnaselt varasemaga, et küsimustikule vastajatest valdav enamus pigem ei õpeta lastele akrobaatikat ja eri spordialade tehnikaid (Piisang, 2014). Õpetaja teadmised spordialade didaktikas, liikumisviiside tehnikates ja nende õpetamise metoodikas on liikumistegevuste läbiviimise aluseks (Oja, 2006; Sahva, 2014). Käesoleva uurimustöö tulemused toovad välja spetsiifilisi teadmisi vajavate liikumistegevuste lastele mitteõpetamise. Enamus õpetajad ei õpeta lastele nt hundiratast, silda, suusatamist ja kukerpalli. Teadlikult õpetatud põhiliigutused koolieelses eas on täiskasvanueas omandatavate spordialade eritehnikate alustalaks (Goldfield et al., 2012).

Uurimusest selgus, et pea pooled vastajatest tunnevad puudust koolitustest ja üle poole vastajatest leiavad, et liikumisõpetajal peab olema omandatud kehakultuuri eriala. Varasemate uurimustööde tulemustes on toodud välja koolieelses eas laste füüsilise arengu tagamiseks paremate tulemuste saavutamisel liikumisõpetaja erialase ettevalmistuse olulisus (Haav et al.,

2019; Piisang, 2014).

Kokkuvõttes võib öelda, et töö eesmärk milleks oli saada ülevaade, millele toetudes ja kuidas viivad Põlvamaa lasteaedade õpetajad läbi liikumisalaseid tegevusi, hindavad oma liikumisõpetusealaseid oskusi ning mis valmistab neile raskusi, sai suuremas osas täidetud.

Töö piirangud

Töö piiranguna võib välja tuua asjaolu, et küsimustikus pidanuks olema märgitud õpetajad, kes teevad lasteaiaõpetaja tööle lisaks oma rühma jaoks liikumisõpetaja tööd. See võimaldanuks liikumisõpetuse läbiviimisel võrrelda liikumis- ja lasteaiaõpetajate töö erinevusi.

Teise piiranguna võib välja tuua koolieelsetes lasteasutustes liikumisõpetuse läbiviimise spetsiifika kohta tehtud uuringute vähesuse, mille tõttu oli antud uurimuse tulemusi keeruline võrrelda varem läbi viidud uuringute tulemustega.

Kolmandaks piiranguks võib nimetada liikumistegevuse, kui mõiste, laiahaardelisus, mis tekitab vastajates segadust ja samas andis ka vastamisvabaduse.

Rakendatavus

Uurimusest selgus, et lasteaiaõpetajatele on vaja liikumisõpetuse teemalisi koolitusi, et koolieelsetele lastele õpetada spetsiifilisi teadmisi nõudvaid liikumistegevusi nt jalgpalli mängimist, korvpalli viskeid korvi, akrobaatikat.

Tänusõnad

Töö autor tänab oma juhendajat Aigi Kikkast töö koostamise toetamise ning nõuannete eest. Samuti tänab autor Tiina Kivisalu, kes nõustas mõõtevahendi koostamisel ja Karmen Kalki, kes nõustas andmeanalüüsimisel.

Autor tänab uuringus osalenud lasteaedade juhtkondasid ja küsimustiku täitnud õpetajaid meeldiva koostöö eest.

Autorsuse kinnitus

Kinnitan, et olen käesoleva lõputöö ise koostanud ning toonud korrektselt välja teiste autorite ja toetajate panuse. Töö on koostatud lähtudes Tartu Ülikooli haridusteaduste instituudi lõputöö nõuetest ning on kooskõlas heade akadeemiliste tavadega.

Allkiri:

Kuupäev: 19.05.2020

Kasutatud kirjandus

- Alushariduse raamõppekava (1999). *Riigi Teataja I 1999, 10, 15*. Külastatud aadressil <https://www.riigiteataja.ee/akt/77809>
- Barbosa, S. C.; Coledam, D. H. C., Elias, R. G. M., Neto, A. S., & de Oliveira, A. R. (2016). School environment, sedentary behavior and physical activity in preschool children. *Revista Paulista de Pediatria, 34*(3), 301-308.
- Brown, W. H., Googe, S., McIver, K. L., & Rather, J. M. (2009, March). Effects of Teacher-Encouraged Physical Activity on Preschool Palygrounds. *Journal of Early Intervention, 31* (2), 126-145.
- Dordevic, N., Kostic, L., Markovic, J., Nicolic, D., Petrovic, V., Stošik, D., & Uzunovic, S. (2017). The Effects of Kindergarten Sports School on Bilateral Coordination of Preschool Age Children. *Physical Education and Sport, 15*(3), 481-491.
- Fang, H., Quan, M., Zhou, T., Sun, S., Zhang, J., Zhang, H., Cao, Z., Zhao, G., Wang, R., & Chen, P. (2017). Relationship between Physical Activity and Physical Fitness in Preschool Children: A Cross-Sectional Study. *BioMed Research International, Volume 2017, Article ID 9314026*, 8 pages.
- Goldfield, G. S., Harvey, A., Grattan, K., & Adamo, K. B. (2012, April 16). Physical Activity Promotion in the Preschool Years: A Critical Period to Intervene. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 9*, 1326-1342.
- Haav, A., Lõhmus, L. & Oja, L. (2019). *Lasteaia keskkonnatingimuste ja õppekasvustegevuse mõju laste kehalisele arengule kooliks ettevalmistavas rühmas. Uuringu aruanne*. Tallinn: Tervise Arengu Instituut.
- Hansen, A. (2018). *Tugev aju. Kuidas liikumine ja treening sinu aju tugevdavad*. Tallinn: Kirjastus Varrak.
- Hein, V. (2011). *Spordipedagoogika*. Tartu: TÜ Kirjastus.
- Karvonen, P. (2003). *Liikumisrõõm*. Tallinn: Kirjastus Ilo.
- Kettunen, T., Mehtälä, A., Poskiparta, M., Soini, A., Sääkslahti, A., Tammelin, T., Villberg., & Watt, A. (2014). Seasonal and daily variation in physical activity among three-year-old Finnish preschool children. *Early Child Development and Care, 184*(4), 589-601.
- Koolieelse lasteasutuse personali miinimumkoosseis (2015). *Riigi Teataja I 2015, 9, 23*. Külastatud aadressil <https://www.riigiteataja.ee/akt/123092015000>
- Koolieelse lasteasutuse riiklik õppekava (2011). *Riigiteataja I 2011, 1, 1*. Külastatud aadressil <https://www.riigiteataja.ee/akt/12970917>

- Kovac, M., & Marinsek, M. (2019). Beliefs of Slovenian early childhood educators regarding the implementation of physical education. *European Physical Education Review*, 25(3), 659-674.
- Leppik, P. (2009). Lapse liigutuste areng. P. Leppik (Koost), *Lapse arendamine algab hällist* (lk 34-40). Tartu: Tartu Ülikooli Kirjastus.
- Matsuyama, A. L., Palmer, K. K., & Robinson, L. E. (2017). Impact of Structured Movement Time on Preschoolers' Physical Activity Engagement. *Early Childhood Educ J*, 45, 201-206.
- Mikkelsen, B. E. (2011). Associations between pedagogues attitudes, praxis and policy in relation to physical activity of children in kindergarten- results from a cross sectional study of health behavior amongst Danish pre- school children. *International Journal of Pediatric Obesity*, 6(S2), 12-15.
- Palm, H. (2005). Liikumiskasvatus lasteaiaõpetaja igapäevatoos. L. Kivi, & H. Sarapuu (Koost), *Laps ja lasteaed. Lasteaiaõpetaja käsiraamat* (lk 173-184). Tartu: AS Atlex.
- Palm, H. (2017). Liikumisõpetus. K. Nugin, & T. Õun (Koost), *Õppe- ja kasvatustegevus lasteaias* (lk 286-305). Tartu: AS Atlex.
- Oja, L. (2006). Ainevaldkond „Kehakultuur“. A. Seppa, & I. Lõbu (Koost), *Areneva õppekava-õpikeskkond ja ainevaldkonnad* (lk 146-157). Tartu: Tartu Ülikooli Kirjastus.
- Oja, L. (2008). Kehaline areng. Liikumine. E. Kikas (Toim), *Õppimine ja õpetamine koolieelses eas* (lk 223-237). Tartu: Tartu Ülikooli Kirjastus.
- Oja, L. (2008). Liikumine. E. Kulderknup. (Koost & Toim), *Õppe- ja kasvatustegevuse valdkonnad* (lk 108-116). Tartu: Kirjastus Studium.
- Piisang, E. (2014). *Lasteaia liikumis- ja rühmaõpetajate hinnangud koolieelikute liikumisõpetusele Harjumaa lasteaedade näitel. Publitseerimata lõputöö*. Tallinna Ülikooli Pedagoogiline Seminar.
- Pihu, M., & Tullus, I. (2016). Liikumine. T. Pertel, & A. Haav (Koost), *Toitumine ja liikumine I-III kooliaste. Õpetajaraamat* (lk 122-177). Tartu: Atlex AS.
- Sahva, V. (2014). I kooliastme kehalise kasvatus üldised alused. V. Sahva, *Kehaline kasvatus. Õpetaja käsiraamat* (lk 5-15). Tallinn: Kirjastus Koolibri.
- Seppel, I. (Koost). (1998). *Liikumisõpetus*. Tallinn: EKK trükikoda.
- Sharir, T., Shoval, E., & Shulruf, B. (2014). The Challenge Kindergarten Model: Integrating Body- Movement and Scaffolding to Keep the Child in the Center and Make Systematic Progress in Learning. *Early Childhood Educ J*, 42, 279-286.
- Shoval, E., Sharir, T., Arnon., & Tenenbaum. G. (2018). The Effect of Integrating

- Movement into the Learning Environment of Kindergarten Children on their Academic Achievements. *Early Childhood Educ J*, 46, 355-364.
- Sigmundsson, H., & Haga, M. (2016). Motor competence is associated with physical fitness in four- to six-year-old preschool children. *European Early Childhood Education Research Journal*, Volume 24 (Issue 3), 477-488.
- Tartu Ülikool (2020). *Koolieelse lasteasutuse õpetaja õppekava*. Külastatud aadressil <https://ois2.ut.ee/#/curricula/3131/details>
- Tervisekaitsenõuded koolieelse lasteasutuse maa-alale, hoonetele, ruumidele, sisustusele, sisekliimale ja korrashoiule (2011). *Riigi Teataja I 2011, 10, 6*. Külastatud aadressil <https://www.riigiteataja.ee/akt/111102011003>
- Tortella, P., Haga, M., Loras, H., Sigmundsson, H., & Fumagalli, G. (2016). Motor Skill Development in Italian Pre-School Children Induced by Structured Activities in a Specific Playground. *PLoS ONE*, 11(7): e0160244.
- Vahur, K., & Kukk, U. (2017). *Fantaasiavõimlemine*. Tartu: AS Atlex.
- Vapper, T. (2016, 4. märts). Liikumisõpetaja kadumine lasteaiast teeb lastele karuteene. *Õpetajate Leht*, lk 11.
- World Health Organization (2010). *Global recommendations on physical activity for health*. Külastatud aadressil https://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_recommendations/en/

Lisa 1. Küsimustik

Küsimustik

Lugupeetud lasteaia- ja liikumisõpetajad!

Olen Tartu Ülikooli koolieelse lasteasutuse õpetaja III kursuse tudeng. Uurin oma bakalaureusetöös liikumistegevuste läbiviimist koolieelsetes lasteasutustes Põlvamaa lasteaedade näitel. Uurimuse eesmärgiks on saada ülevaade, millele toetudes ja kuidas viivad Põlvamaa lasteaedade õpetajad läbi liikumisalaseid tegevusi, kuidas õpetajad hindavad oma liikumisõpetuse alaseid oskusi ja mis valmistab neile raskusi. Käesolevas küsimustikus mõeldakse liikumistegevuse all *valdkonna Liikumine* eeldatavate tulemuste saavutamiseks lapsele eakohaselt kavandatud liikumisõpetuse tegevusi/kava.

Küsitlus on anonüümne ning vastuseid kasutatakse vaid käesoleva uurimuse läbiviimiseks. Küsimustiku täitmine võtab aega umbes 15 minutit. Täidetud küsimustik edastage palun suletud ümbrikus direktorile või õppealajuhatajale. Küsimustikele tulen järele 22.03.2019.

Ette tänades

Merle Pihlak (merlepihlak@gmail.com)

1. Teie sugu? (tähistage sobiv variant „x“ -ga)

Mees.....

Naine.....

2. Teie vanus?

3. Teie lasteaia töötamise staaž?

4. Kellena Te lasteaia töötate (tähistage sobiv variant „x“ -ga):

a) liikumisõpetajana

b) lasteaiaõpetajana

c) muu (täpsustage)

.....

5. Kus olete omandanud liikumisõpetuse alased teadmised? Märkige kõik sobivad variandid „x“-ga.

a) koolieelse lasteasutuse õpetaja õppekaval õppides.....

b) kehakultuuri erialal

c) 1-päevastel koolitustel

d) pikemal kui 1-päevasel koolitusel

e) muu variant (täpsustage)

.....

6. Kui sageli olete läbinud liikumisõpetuse teemalisi koolitusi kolmel viimasel õppeaastal. Tähistage „x“-ga sobivad lahtrid.

	2016/2017. õa	2017/2018. õa	2018/2019. õa
0 korda aastas			
1 kord aastas			
2 korda aastas			
3 korda aastas			
Muu.....			

7. Millistele allikatele toetute liikumisõpetuse tegevuskava koostamisel? Millise materjali olete võtnud oma töös aluseks lisaks lasteaia õppekavale ja raamatule „Õppe- ja kasvatustegevuse valdkonnad“? Kirjutage allikad allolevasse kasti.

--

8. Tähistage „x“-ga need kohad, kus viite läbi valdkond Liikumine planeeritud õppetegevusi.

Lasteaia õueala	Park	Mets	Staadion	Rühma-ruum	Lasteaia saal	Spordi-hoone	Muu... (täpsustage)

9. Mitu korda õppeaastas korraldate (koostöös töökaaslastega) lasteaias spordipäevi? Tähistage sobivad vastusevariandid „x“-ga.

	1x aastas	2x aastas	3x aastas	Rohkem (täpsustage)	Mitte kordagi
Oma rühmale organiseeritud spordipäev					
Lasteaiale organiseeritud spordipäev					
Organiseerin kõikidele rühmadele eraldi					
Organiseerin koostöös rühmameeskonnaga					
Organiseerin koostöös liikumisõpetajaga					
Organiseerin koostöös teiste rühmade meeskondadega					

10. Mitu korda õppeaastas organiseerite lasteaias perespordipäevi? Tähistage sobiv vastusevariant „x“-ga.

	1x aastas	2x aastas	3x aastas	Rohkem	Mitte kordagi
Organiseerin koostöös rühma meeskonnaga oma rühmale					
Organiseerin koostöös teiste rühmade õpetajatega lasteaiale					
Organiseerin üksi oma rühmale					
Organiseerin üksi lasteaiale					

11. Mitu korda aastas organiseerite lasteaia/rühmas matkapäevi (metsa, sohu, veekogu äärde jne)? Tähistage sobiv vastusevariant „x“-ga.

	1x aastas	2x aastas	3x aastas	Rohkem (täpsustage)	Mitte kordagi
Organiseerin koostöös rühma meeskonnaga oma rühmale					
Organiseerin koostöös teiste rühmade õpetajatega lasteaiale					
Organiseerin üksi lasteaiale					
Organiseerin üksi rühmale					

12. Mitu korda kuus käite liikumistegevusega lõimitud õppe- või jalutuskäikudel? Tähistage sobiv vastusevariant „x“-ga.

1x kuus	2x kuus	3x kuus	Rohkem/vähem (täpsustage)	Ei käi üldse

13. Millised vahendid/võimalused on Teie lasteaia lastele igapäevaseks aktiivseks liikumiseks? Tähistage sobivad variandid „x“-ga.

Ronimiskeskus koos liumäega	
Ronimiskeskus	
Ämblikuvõrk	
Ronimissein	
Tasakaalukiik/palkkiik	
Tasakaalurada palkidest vm materjalidest	
Rippsild	
Ahviikiik	
Võrkkiik	
Kiik	
Seiklusrada	
Minipajud vm eluspuud ronimise jaoks	
Tunnel roomamise, käperdamise või läbipugemise jaoks	
Jalgrattatee või -plats + jalgratas jm sõiduvahendid	
Talvised vahendid: suusad, kelgud, lumelabidad vms (täpsustage).	
Plats pallimängude jaoks + pallimängude vahendid	
Looduslik keskkond põhiliikumisviiside arendamiseks (niitmata muru, tunnetusrada vms). Täpsustage	
Staadion	

Muu....(täpsustage) nt rehvidest tasakaalurada, rehviik, euroalustest tasakaalukiik vms.	
--	--

14. Millised on Teie poolt enamkasutatud liikumistgevuste vahendid? Tõmmake joon alla sobivatele variantidele ja kirjutage puuduolevad.

Redel, langevari, tasakaalurada, võimlemisrõngas, tunnel, koonused, hularõngas, tasakaalulaud, topispall, täpsusviskepall, pall, korvpall, jalgpall, korvirõngas, väravad, saalihoki vahendid, tõkked, köis, võimlemiskepp, matt, pink, batuut, kettad, käe- ja jalajäljed, poroloonist geomeetrilised kujundid, erineva pinnaga tasakaalupadjad,..... isetehtud vahendid (täpsustage)..... muu (täpsustage)

15. Kuidas hindate oma liikumisõpetuse tegevuste planeerimisoskust?

1-vähene.....10-suurepärase. Tõmmake ring ümber sobivale numbrile.

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7.....8.....9.....10

16. Kuidas hindate oma liikumistegevuste läbiviimisoskusi?

1-vähesteks.....10-suurepärasteks. Tõmmake ring ümber sobivale numbrile.

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7.....8.....9.....10

17. Kuidas hindate oma oskusi lapsi juhendada erinevates liikumistegevustes?

1-vähesteks.....10-suurepäresteks. Tähistage „x“-ga sobivad lahtrid.

[illegible]

4) Suusatamine										
5) Jalgrattasõit										
6) Rulluisutamine										
Akrobaatika:										
1) Kukerpall/tirel ette taha										
2) Hundiratas										
3) Sild										
4) Spagaat										
Rühti arendavad harjutused										
Tasakaalu arendavad harjutused										
Koordinatsiooni arendavad harjutused										
Põhiliikumisi arendavad tegevused:										
1) Kõnd										
2) Jooks										
3) Hüpped										
4) Hüplemised										
5) Visked										
6) Püüdmised										
7) Roomamine										
8) Ronimine										
Tants ja rütmika										
Muu...(täpsustage)										

18. Kuidas hindate oma oskust tekitada lastes huvi kehaliste harjutuste/füüsilise aktiivsuse vastu?

1-väheseks.....10-suurepäraseks. Tõmmake ring ümber sobivale numbrile.

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7.....8.....9.....10

19. Tähistage „x“-ga need liikumistegevused, mida lastele õpetate. Märkige õpetatavate liikumistegevuste sagedus numbriga vastavasse lahtrisse.

	Tegevused, mida õpetan	1 x nädalas	2 x nädalas	3 x nädalas	4x nädalas	Muu.... (täpsustage)
	Liikumisevõimeid arendavad tegevused (vastupidavus, jõud, kiirus, paindumus)					
	Liikumiseviisid:					
	1) Ujumine					
	2) Uisutamine					
	3) Kelgutamine					
	4) Suusatamine					

5) Jalgrattasõit						
6) Rulluisutamine						
Akrobaatika:						
1) Kukerpall/tirel ette taha						
2) Hundiratas						
3) Sild						
4) Spagaat						
Rühti arendavad harjutused						
Tasakaalu arendavad harjutused						
Koordinatsiooni arendavad harjutused						
Põhiliikumisi arendavad tegevused:						
1) kõnd						
2) jook						
3) hüpped						
4) hüplemised						
5) visked						
6) püüdmised						
7) roomamine						
8) ronimine						
Tants ja rütmika						
Muu...(täpsustage)						

20. Millest tunnete puudust lastele liikumisõpetuse tegevuskava planeerides. Tähistage sobivad vastused „x“- ga.

Liikumisõpetuse alane kirjandus	
Koolitus liikumistegevuste tegevuskavade koostamise ja läbiviimise kohta (teadmised)	
Aeg	
Vahendid	
Ruum (saal, staadion jne)	
Koostööst töökaaslastega	
Koostööst juhtkonnaga	
Ei tunne millestki puudus/kõik on olemas	
Muu (täpsustage)

21. Kas Teie arvates peab liikumisõpetaja omama eriharidust (kehakultuur)? Tähistage sobiv vastusevariant „x“-ga.

Jah.....

Ei.....

Täna!

Lisa 2. Tulemused

Tabel 3. Liikumisõpetuse nädalakavade koostamisel kasutatav kirjandus

Liikumisõpetuse kirjandus	Kirjandust kasutavate õpetajate arv
Balkrishna, A. (2018) „Laste jooga“	1
Liivak, M. (2000) „Kaks sammu sissepoole“	1
Liivak, M. (2002) „Kaks sammu väljapoole“	1
„Väikelaste liikumine“	1
Piht, S., & Mätlik, E. (2007) „Õppemänge“	1
Kure, S. (Toim). (2003) „Sada mängu lapsega“	1
Rüütel, I. „Laulumängud ja tantsud“	1
„Eesti uuemad laulumängud“	1
„Näidistegevuskava koos mängudega kolmeaastastele“	1
Mänd, M. (2005) „Mänge siit ja seal“	1
Friedl, J. (2004) „Halva ilma mängud“	1
Raasuke, J. (2009) „Liikumismängud 1-3aastastele lastele“	1
Isop, E. (1958) „Liikumismängud“	1
Raadik, S. (2009) „Õpime õues mängides“	1
Mellov, Z. (1999) „Rütmika- loov liikumine“	1
„Õpime ujuma“	1
Ernesaks, S. (1964) „Kehalised harjutused eelkoolieas“	1
Saar, O., & Zilmer, K. (1994) „Juku suusakool“	1
Pau, T., & Tiivel, H. (1985) „Üldarendavaid harjutusi lasteaia kehalise kasvatuse tunniks“	1

Tabel 5. Spordipäevade korraldamise sagedus õppeaastas

	0x öa		1x öa		2x öa		3x öa		4x öa	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Oma rühmale organiseeritud spordipäev	55	59,1	21	22,6	13	14,0	3	3,2	1	1,1
Lasteaiale organiseeritud spordipäev	32	34,4	26	28,0	27	29,0	8	8,6	-	-
Organiseerin kõikidele rühmadele eraldi	88	94,6	2	2,2	2	2,2	1	1,1	-	-
Organiseerin koostöös rühmameeskonnaga	60	64,5	11	11,8	21	22,6	1	1,1	-	-
Organiseerin koostöös liikumisõpetajaga	61	85,6	12	12,9	18	19,4	2	2,2	-	-
Organiseerin koostöös teiste rühmade meeskondadega	56	60,2	16	17,2	19	20,4	2	2,2	-	-

N- vastajate arv

Tabel 6. Õppeaastas organiseeritud lasteaia perespordipäevade sagedus

Koostöövormid	0x öa		1x öa		2x öa		3x öa		Rohkem	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Rühmameeskonnaga organiseeritud perespordipäev oma rühmale	64	68,8	24	25,8	4	4,3	1	1,1	-	-
Organiseerin koos teiste rühmade õpetajatega lasteaiale	46	49,5	37	39,8	8	8,6	2	2,2	-	-
Organiseerin üksi oma rühmale	86	92,5	6	6,5	1	1,1	-	-	-	-
Organiseerin üksi lasteaiale	91	97,8	2	2,2	-	-	-	-	-	-

N- vastajate arv

Tabel 7. Õppeaastas korraldatavate matkapäevade sagedus

Koostöövormid	0x öa		1x öa		2x öa		3x öa		4x öa	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Organiseerin rühmameeskonna-ga oma rühmale	21	22,6	10	10,8	20	21,5	21	22,6	21	22,6
Organiseerin rühmaõpetajatega lasteaiale	59	63,4	14	15,1	10	10,8	10	10,8	-	-
Organiseerin üksi lasteaiale	88	94,6	3	3,2	1	1,1	1	1,1	-	-
Organiseerin üksi rühmale	78	83,9	3	3,2	5	5,4	6	6,5	1	1,1

N- vastajate arv

Tabel 10. Õpetajate hinnang liikumistegevuste juhendamisoskusele

Hinnang	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Vastajate arv	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N
Rulluisutamine	51	22	4	5	-	2	4	1	-	3	1
Uisutamine	50	26	4	4	1	3	2	1	1	1	-
Spagaat	47	24	5	4	2	3	2	4	1	1	-
Ujumine	47	24	6	4	1	3	-	3	1	2	2
Hundiratas	45	21	5	6	1	3	3	4	4	-	1
Jalgrattasõit	45	2	2	1	2	8	3	5	6	6	13
Sild	43	19	3	5	3	5	2	4	5	2	2
Suusutamine	43	9	2	4	1	10	3	5	3	8	5
Kukerpall	37	13	2	4	5	4	3	4	9	4	8

Rühiharjutused	29	-	3	5	9	8	4	5	11	10	9
Koordinatsiooni arendamine	28	-	2	1	7	8	5	12	12	11	7
Tants ja rütmika	27	2	1	3	3	7	6	14	7	10	13
Tasakaaluharjutused	24	-	3	2	5	8	7	8	12	14	10
Kelgutamine	22	1	-	1	2	5	6	9	10	13	24
Liikumisvõimete arendamine	21	1	-	3	7	13	3	14	21	6	4
Ronimine	22	-	1	-	2	10	6	8	13	13	18
Roomamine	21	1	-	1	3	10	7	14	9	11	16
Visked	20	-	1	2	2	5	9	7	15	12	20
Püüdmine	20	-	1	2	1	6	8	8	17	10	20
Hüplemised	18	1	-	1	2	5	6	15	8	14	23
Hüpped	18	1	-	1	1	6	9	8	10	12	27
Jooks	16	-	-	1	2	6	4	10	10	14	30
Kõnd	16	-	-	1	2	6	5	13	6	13	31
Liikumismängud	15	-	-	-	2	7	4	12	19	20	14

N- vastajate arv, 0- vastaja pole oma oskust hinnanud

Lisa 3. Vastajate arvamus

Küsimustikule vastaja (2019) leiab, et „liikumisõpetuse läbiviija ei pea omama kehakultuuri eriala, kuid pean oluliseks, et õpetaja oma eeskujuga suunaks lapsi liikuma“.

Küsimustikule vastaja (2019) on viimasele küsimusele kirjutanud lisaks järgnevalt: Siia tahaks panna kohe kolm risti, sest praegu on meie laste liikumisõpetaja töö pandud rühmaõpetaja õlule, aga tegelikkuses tähendab see seda, et lapsed liikumisõpetust ei saagi. Jah, teeme liikumismänge, aga me ei ole pädevad läbi viima teadlikke ja õigeid liikumistegevusi lasteaias. Lapsevanemad on tõstatanud liikumisõpetaja küsimuse hoolekogus, aga see sumbus lasteaia direktori kabinetti ära. See on koht, kus hoitakse liikumisõpetaja raha kokku, et tegelikult ei hoolita ei lastest, nende liikumisharjumustest ega rühmaõpetajast ega nende koormusest.

Küsimustikule vastaja (2019) on lisaselgituseks kirjutanud, et „kuna majas on olemas liikumisõpetaja ja tegevused toimuvad nii saalis kui õues, lähtusin vastustes puht rühmas tavategevustest. Liikumistegevused on enamjaolt jäänud liikumisõpetaja organiseerida. Liikumiseks rohkem õueala“.

Küsimustikule vastaja (2019) on täpsustamiseks lisanud järgmise teksti: Kohati nii ja naa. Oleneb kui motiveeritud on õpetaja ise tegutsema ja juurde õppima. Kuid olen täiesti kindel, et igas lasteaias peab olema liikumisõpetaja, kes spetsiifilisemalt suunab lapse füüsilise arengu kulgemist. Aiarühma õpetajal on niigi rohkelt valdkondi, millele keskenduda. Liikumisõpetaja saab oma tegevusega pakkuda vahedust nii lapsele kui ka rühmaõpetajale. Lapse füüsilise arengu kvaliteet on tõhusam, kui liikumisvaldkonnale pühendatakse eraldi.

Lihtlitsents lõputöö reprodutseerimiseks ja üldsusele kättesaadavaks tegemiseks

Mina, Merle Pihlak

1. annan Tartu Ülikoolile tasuta loa (lihtlitsentsi) minu loodud teose „Liikumisõpetuse tegevuste läbiviimise võimalused Põlvamaa lasteaedades liikumis- ja lasteaiaõpetajate hinnangul“, mille juhendajaks on Aigi Kikkas,

reprodutseerimiseks eesmärgiga seda säilitada, sealhulgas lisada digitaalarhiivi DSpace kuni autoriõiguse kehtivuse lõppemiseni.

2. Annan Tartu Ülikoolile loa teha punktis 1 nimetatud teos üldsusele kättesaadavaks Tartu Ülikooli veebikeskkonna, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace kaudu Creative Commons litsentsiga CC BY NC ND 3.0, mis lubab autorile viidates teost reprodutseerida, levitada ja üldsusele suunata ning keelab luua tuletatud teost ja kasutada teost ärieesmärgil, kuni autoriõiguse kehtivuse lõppemiseni.
3. Olen teadlik, et punktides 1 ja 2 nimetatud õigused jäävad alles ka autorile.
4. Kinnitan, et lihtlitsentsi andmisega ei riku ma teiste isikute intellektuaalomandi ega isikuandmete kaitse õigusaktidest tulenevaid õigusi.

Merle Pihlak

19.05.2020